

EDITORIAL CONGRESOS PI

CAPITULO
SALUD MENTAL



POR OMISIÓN DE EMOCIONES EN DEMANDA



DESPREOCUPACIÓN
 POR OMISIÓN DE EMOCIONES EN DEMANDA

CAPÍTULO SALUD MENTAL

ABURRIMIENTO Y OPTIMISMO EN JÓVENES CONSUMIDORES DE SUSTANCIAS 1574

BOREDOM AND OPTIMISM IN YOUNG SUBSTANCE USERS1574
 Victoria González Ramírez1574

**DESCIFRANDO LA OBSESIÓN DIGITAL: RECOMENDACIONES SOBRE USO
 PROBLEMÁTICO DE INTERNET Y CONSUMO EN ADULTOS PUERTORRIQUEÑOS 1595**

DECIPHERING DIGITAL OBSESSION: RECOMMENDATIONS ON PROBLEMATIC
 INTERNET USE AND CONSUMPTION AMONG PUERTO RICAN ADULTS 1595
 Andrés A. Cruz Santos 1595
 Gisela González Elías 1595
 Arlene Vélez-Galán 1595
 Hécmir Torres Cuevas 1595

**LA TRANQUILIDAD QUE GENERÓ EL MIEDO EN LAS RELIGIOSAS DURANTE LA
 PANDEMIA 1621**

THE TRANQUILITY GENERATED BY FEAR IN THE RELIGIOUS DURING THE PANDEMIC
 1621
 Álvaro Giraldo 1621
 Constanza Forero 1621
 Norby Tatiana Gamboa 1621
 Miguel Ángel Orrego 1621
 Alejandra Vanegas 1621

LAS VIOLENCIAS BASADAS EN GÉNERO EN POBLACIÓN UNIVERSITARIA Y LA SALUD MENTAL DE LOS ESTUDIANTES: UNA REVISIÓN SISTEMÁTICA ENTRE 2103 Y 2023 1650
GENDER-BASED VIOLENCE IN UNIVERSITY POPULATIONS AND STUDENT MENTAL HEALTH: A SYSTEMATIC REVIEW BETWEEN 2103 AND 20231650
Diana Patricia Castañeda Guerrero1650



DESPREOCUPACIÓN POR OMISIÓN DE EMOCIONES EN DEMANDA

ABURRIMIENTO Y OPTIMISMO EN JÓVENES CONSUMIDORES DE SUSTANCIAS

BOREDOM AND OPTIMISM IN YOUNG SUBSTANCE USERS

Victoria González Ramírez

Facultad de Psicología
Universidad Michoacana de San Nicolás de Hidalgo
Investigación práctica aplicada
México

RESUMEN

El estado emocional se vincula de forma importante con el consumo de sustancias y cualquier intervención debe considerar estos factores de manera constante para lograr eficacia. El aburrimiento y el optimismo en los jóvenes consumidores de sustancias, son factores clínicamente relevantes, pues influyen de forma importante en la recuperación en casos de dependencia.

El presente trabajo se realizó con el propósito de identificar signos clínicos de ansiedad y depresión, además de evaluar el nivel de aburrimiento y el optimismo en un grupo de jóvenes consumidores de sustancias que se encuentran en proceso de

recuperación. Se esperaba también conocer la manera en que las variables ansiedad, depresión, aburrimiento y optimismo se relacionan.

Tras un muestreo no probabilístico, por conveniencia, se formó un grupo con 39 varones, de entre 14 y 19 años ($M=17.5$, $DE= 1.3$), de comunidades de Michoacán, México, que se encuentran en proceso de recuperación de consumo de sustancias. Se aplicaron las escalas de depresión (Campo-Arias, et al., 2005), ansiedad (Sanz, et al., 2012), aburrimiento (González, et al., 2021) y optimismo (Oliva, 2011), además del cuestionario CRAFFT (Bertini, 2014) para conocer el nivel de consumo que presentan los jóvenes, tras el debido consentimiento informado.

Se realizaron los análisis descriptivos de los datos y análisis de correlación de Pearson entre las variables. Los jóvenes dependientes, muestran puntajes que indican de depresión moderada a leve ($M= 48.9$, $DE= 14.2$), así como altos puntajes en ansiedad ($M=24.7$, $DE= 14.1$); se observan altos puntajes de aburrimiento ($M= 20.38$, $DE= 5.22$) y bajos puntajes en la escala de optimismo ($M= 26.64$, $DE= 6.64$).

Se encontró una correlación positiva, estadísticamente significativa entre la depresión y la ansiedad (r Pearson= $.63$, $p= <.001$) y entre la depresión y el aburrimiento (r Pearson= $.62$, $p= <.001$); y, por otro lado, se observó una correlación negativa estadísticamente significativa de estas variables con las puntuaciones de optimismo: con depresión (r Pearson= $-.74$, $p= <.001$), con ansiedad (r Pearson= $-.58$, $p= <.001$) y con el aburrimiento (r Pearson= $-.61$, $p= <.001$).

Incorporar la gestión del aburrimiento y el aumento del optimismo al tratamiento, puede mejorar el pronóstico de los jóvenes en casos de dependencia

DESPREOCUPACIÓN POR OMISIÓN DE EMOCIONES EN DEMANDA

a sustancias. El aburrimiento y el optimismo son variables que no se han abordado en los programas de intervención rehabilitatoria en casos de consumo o dependencia de sustancias, por lo que se recomienda incorporarlas en la atención a esta población.

PALABRAS CLAVE

Aburrimiento, optimismo, adolescentes, consumo de sustancias, recuperación.

ABSTRACT

The emotional state is linked to substance consumption in a highly important way and any intervention must consider these factors in a constant manner in order to achieve effectiveness. Boredom and optimism in young substance users are clinically relevant factors, as they as they have an important influence in recovery in cases of dependency.

The present study was performed with the purpose of identifying clinic signs of anxiety and depression, as well as evaluating the level of boredom and optimism in a group of young substance users who are in a process of recovery. It was also expected to know the connection among anxiety, depression, boredom and optimism.

After a non-probabilistic sample, for convenience, a group consisting of 39 males of ages among 14 and 19 years old ($M=17.5$, $SD= 1.3$) from communities in

Michoacán, Mexico, who are in the process of recovery from its consumption. Depression (Campo-Arias, et al., 2005), anxiety (Sanz, et al., 2012), boredom (González, et al., 2021) and optimism (Oliva, 2011) scales were applied, in addition to the CRAFFT questionnaire (Bertini, 2014) to know the level of consumption that the young users presented, after due informed consent.

Descriptive data and Pearson's correlation analyses were performed between variables. Young dependent users show scores from moderate to low depression ($M= 48.9$, $SD= 14.2$), as well as high anxiety scores ($M=24.7$, $SD= 14.1$); high scores of boredom are observed ($M= 20.38$, $SD= 5.22$) and low scores in optimism scale ($M= 26.64$, $SD= 6.64$).

There was a statistically notable positive correlation between depression and anxiety (r Pearson= .63, $p= <.001$) and between depression and boredom (r Pearson= .62, $p= <.001$); and, on the other hand, a statistically significant negative correlation of these variables with optimism scores was observed: with depression (r Pearson= -.74, $p= <.001$), anxiety (r Pearson= -.58, $p= <.001$) and boredom (r Pearson= -.61, $p= <.001$).

Intervening in the reduction of emotional problems such as depression and anxiety, besides incorporating boredom management and optimism increase, can help improving the prognosis of young people in cases of substance dependence. Boredom and optimism are both variables that have not been addressed in recovery intervention in consumption or abuse of substances, so its incorporation is recommended in the care of this population.

DESPREOCUPACIÓN POR OMISIÓN DE EMOCIONES EN DEMANDA

KEYWORDS

Boredom, optimism, young people, substance consumption, recovery.

INTRODUCCIÓN

El consumo de sustancias altamente tóxicas se ha convertido en un problema de salud pública que afecta de manera especial a los jóvenes; la edad de inicio de consumo de sustancias ha disminuido y la incidencia del consumo ha aumentado (Villatoro, et al., 2017). El entorno facilita el acceso a las drogas; factores geográficos, económicos y políticos, se conjugan de tal manera en la actualidad, que permiten que los más jóvenes de la comunidad, inicien el consumo o generen una adicción a sustancias. La existencia de la llamada narco-cultura, sostiene y valida las conductas y estilos de vida, ligadas al consumo, producción, tráfico o venta de sustancias, con la adoración al dinero y las propiedades como valor esencial (González, 2022). Estos factores impactan fundamentalmente a la población más joven del país, lo que se pone en evidencia al observar el perfil típico del joven consumidor, que incluye estar en la pubertad o en la adolescencia, sin actividad académica formal, periodos largos con poca supervisión de parte de cuidadores, condiciones de vida con carencias financieras y falta de oportunidades de desarrollo, además de valores explícitos asociados a la narco-cultura (González, 2022).

Con respecto a los hábitos de consumo, frecuentemente los jóvenes atendidos describen un consumo paralelo de diversas sustancias, que incluyen al tabaco, el alcohol, la marihuana, estimulantes como la cocaína y más recientemente metanfetaminas (Villatoro, et al., 2017). Cada sustancia consumida por los jóvenes, representa un daño específico, resultando un cuadro de afectaciones de múltiples sistemas en el organismo que compromete la vida y el futuro de los consumidores y sus familias (APA, 2015).

Evitar el inicio del consumo y participar en la recuperación de los jóvenes consumidores continúa siendo un área de oportunidad en la psicología clínica, debido a la intensidad y complejidad de la problemática. Son diversos los aspectos que influyen en el inicio y mantenimiento del consumo abusivo de sustancias. Uno de los factores fundamentales es el estado emocional y es en el trabajo de los aspectos emocionales desde donde es posible incidir, lo cual representa una estrategia de intervención clínica, económica y accesible para cualquier población.

El afecto y el estado emocional, se vincula de forma importante con el consumo de sustancias. Existen abundantes reportes de la asociación entre alteraciones del afecto y del disfrute en población consumidora (Padrós, et al., 2011).

El aburrimiento y el optimismo son otros factores emocionales clínicamente relevantes en el caso de los jóvenes consumidores de sustancias; sin embargo, se ha estudiado de manera insuficiente la participación de estas variables y se han abordado poco en los programas de intervención para recuperación de las adicciones, especialmente en países latinoamericanos.

DESPREOCUPACIÓN POR OMISIÓN DE EMOCIONES EN DEMANDA

El aburrimiento es una condición emocional donde se experimenta una falta de interés en la situación y se interpreta el ambiente como poco estimulante; esta condición se ha reportado con alta incidencia en la actualidad (Weybright, Schulenberg y Caldwell, 2020) y se puede relacionar con diversos grados de psicopatología y dificultades vitales. El aburrimiento se divide en dos formas principales: superficial y profundo. El primero, es situacional y generalmente cambia cuando se modifica la actividad o el nivel de estimulación en una condición dada. Es esperado y considerado normal en cualquier persona. El aburrimiento profundo, es crónico y puede ser considerado un rasgo de personalidad; se asocia a una pérdida del sentido de la propia vida y es el tipo de aburrimiento mayormente vinculado a psicopatología (Ros, 2022) y conductas de alto riesgo como consumo de sustancias altamente tóxicas (González, 2021).

La condición de vida de muchos jóvenes los vulnera de forma importante para el desarrollo de aburrimiento profundo, que facilitaría su acceso al consumo de sustancias. Por esta razón, la gestión del aburrimiento y el fortalecimiento de estrategias para su afrontamiento, se considera una posibilidad para coadyuvar los procesos de recuperación en caso de consumo y dependencia de sustancias y de promover conductas de protección o profilaxis en jóvenes que no consumen (González, 2021).

En contraste con el aburrimiento, el optimismo es un factor que influye de manera positiva en la salud: el cambio de análisis anticipatorios más optimistas, reduce la depresión e incrementa la felicidad; se mejora el autoconocimiento y el

autocontrol emocional (Joshani, Park y Park, 2017). El optimismo es una variable poco estudiada en caso de jóvenes consumidores de sustancias, así como la manera en que se asocia con el aburrimiento.

El presente trabajo se realizó con el propósito de identificar signos clínicos asociados a la presencia de ansiedad y depresión, además de evaluar el nivel de aburrimiento y el optimismo en una muestra de jóvenes en recuperación del consumo de sustancias, para como conocer la manera en que estas variables se relacionan en esta población.



El presente es un estudio cuantitativo, con alcance descriptivo y diseño de medidas múltiples de un solo grupo.

PARTICIPANTES

Tras un muestreo no probabilístico, por conveniencia, se conformó un grupo de 39 varones, de entre 14 y 19 años, de comunidades de Michoacán, México, internos en una clínica de recuperación de adicciones.

DESPREOCUPACIÓN POR OMISIÓN DE EMOCIONES EN DEMANDA

INSTRUMENTOS

Breve cuestionario de datos sociodemográficos.

CRAFFT/CARLOS (Bertini, et al., 2014).

Instrumento para la identificación Temprana de Consumo de Alcohol y otras drogas. Consta de una parte A de tres preguntas. Si una de estas tres, son respondidas positivamente, se realiza la parte B del cuestionario, con seis preguntas que se responden con SÍ o NO, con puntuación de 1 o 0; dos o más puntos se relaciona con problemas potenciales o significantes con el uso de drogas. Se ha reportado un Cronbach $\alpha = 0,72$ y ha mostrado ser sensible para identificar a los jóvenes con problemas de alcohol o drogas en un 92% a 96% en población mexicana (Bertini, et al., 2014). En el presente estudio, se asignó un punto por cada respuesta de NO, por lo que la puntuación mínima es de 9 y la máxima es de 18, donde una puntuación de 4 o más se relacionaría con problemas potenciales o significativos con el uso de drogas.

Escala de Depresión de Zung (Campo-Arias, et al., 2005).

Instrumento auto-administrado tipo Likert, que consta de 20 ítems. Con cuatro opciones de respuesta, da puntuaciones globales entre 20 y 80. El puntaje se multiplica por 1,25, a fin de obtener puntuaciones entre 25 y 100, donde 40 puntos o más (punto de corte) sugieren depresión, que puede ir de leve a presencia de

trastorno depresivo mayor. Ha sido validada en diversas poblaciones y ha mostrado una sensibilidad que va del 92%- 95%, y una especificidad entre 74% y 87,5%, mientras que su consistencia interna se ha informado entre 0,58 y 0,84 (Campo, et al, 2005).

Escala de ansiedad de Beck BAI (Sanz, et al., 2012).

El BAI es un instrumento de 21 ítems diseñado para evaluar la gravedad de la sintomatología ansiosa. Cada ítem del BAI recoge un síntoma de ansiedad y para cada uno de ellos la persona debe valorar el grado en que se ha visto afectado por el mismo durante la última semana, utilizando para ello una escala tipo Likert de cuatro opciones de 0 a 3. Se obtiene una puntuación total que varía de 0 a 63. Puntuaciones entre 0 y 7 indican ansiedad mínima, puntuaciones entre 8 y 15, indican ansiedad leve, entre 16 y 25 refieren ansiedad moderada y puntuaciones iguales o mayores de 26, indicarían ansiedad grave. El BAI arrojó un coeficiente alfa de Cronbach de 0,90.

Escala de Aburrimiento EsAb (González, et al., 2021).

Instrumento desarrollado en población mexicana, que evalúa el aburrimiento. Consiste en 7 reactivos con cinco opciones de nunca a siempre, de las sensaciones de aburrimiento, permitiendo obtener puntuaciones entre 0 y 28 puntos. Un alto puntaje significa alto aburrimiento. En población adolescente general, se obtuvo una puntuación media de aburrimiento de 11.01, con una desviación estándar de 4.6, con una consistencia interna considerada adecuada (Cronbach $\alpha=0,77$). (González, et al., 2021).

DESPREOCUPACIÓN POR OMISIÓN DE EMOCIONES EN DEMANDA

Escala de optimismo (Oliva, 2011).

Esta escala mide el optimismo y la felicidad o alegría del sujeto evaluado, la capacidad de mantener una actitud positiva ante la vida y para ver su lado positivo, así como la capacidad para sentirse satisfecho de uno mismo y de los demás. Esta es una versión de ocho ítems (Oliva, 2011) de la escala original (Bar-On, 2000), donde los sujetos deben puntuar entre 1 (nunca) y 5 (siempre) cada uno de los ítems que la componen, en función de la puntuación que mejor los define. Se obtienen puntuaciones que van de 8 a 40; cuanto más altos sean los puntajes obtenidos en la escala, más eficaz será el funcionamiento de la persona en los ámbitos personal y social. En la muestra original, la media del grupo se situaba aproximadamente en el 30, con una desviación estándar de 6. La escala muestra un índice alfa de Cronbach de 0,91 (Oliva, 2011).

PROCEDIMIENTO

Tras el consentimiento informado de parte de los coordinadores de la clínica, responsables de los internos, se accedió al grupo de jóvenes. En primer lugar, se explicó a los coordinadores y a los jóvenes el propósito de la investigación y se les describió en qué consistía la actividad. Se hizo énfasis en la confidencialidad y

anonimato de los datos aportados y en la libertad de participar o no en la actividad. Una vez aclarados estos puntos, se procedió a la administración de los instrumentos de evaluación.

En un inicio se aplicó una entrevista breve para recabar los datos sociodemográficos de los participantes. Después se aplicó el cuestionario CRAFFT (Bertini, 2014) y las escalas de depresión de Zung (Campo-Arias, et al., 2005), la escala BAI de ansiedad de Beck (Sanz, et al., 2012), la escala de aburrimiento EsAb (González, et al., 2021) y la escala de optimismo (Oliva, 2011). Finalmente se agradeció la participación y se ofreció a los jóvenes un taller para el desarrollo de estrategias de regulación emocional y gestión del aburrimiento y el optimismo.

Se registraron los datos en el programa SPSS versión 20, en el que se realizaron los análisis descriptivos de los datos y análisis de correlación de Pearson entre las variables.

DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES

El grupo de participantes estuvo conformado por 39 varones, de entre 14 y 19 años ($M= 17.5$, $DE= 1.3$). Todos los jóvenes manifestaron encontrarse sin actividad académica formal, indicando haber suspendido su actividad escolar entre los 14 y los 15 años de edad. La mayoría manifestó dedicarse a actividades laborales informales, casi la mitad (17 jóvenes), refirió desarrollar actividades relacionadas

DESPREOCUPACIÓN POR OMISIÓN DE EMOCIONES EN DEMANDA

con el tráfico y venta de sustancias ilegales. La condición de que los jóvenes manifestaron encontrarse sin actividad académica formal desde la pubertad, es un dato reportado en la literatura, así como la participación de estos jóvenes en actividades laborales informales relacionadas de alguna manera, con el tráfico y la venta de drogas (González, 2022).

Según los niveles de consumo reportados por el CRAFFT, todos los participantes muestran problemas significativos con el uso de drogas, lo cual era esperado por el tipo de población.

En la evaluación de la presencia de alteraciones de ánimo, los jóvenes muestran puntajes que indican presencia de depresión de leve a moderada ($M=48.9$, $DE=14.2$) y ansiedad de moderada a grave ($M=24.7$, $DE=14.1$). Las alteraciones del ánimo y los altos índices de ansiedad son datos reportados por la literatura especializada (Padrós, et al., 2011).

En lo concerniente a los niveles de aburrimiento, se observaron puntajes significativamente mayores en jóvenes consumidores ($M=20.38$, $DE=5.22$), que en jóvenes de la población general ($M=11.01$, $DE=4.6$) (González, et al., 2021), lo que hace suponer que el aburrimiento es un factor que influye en la génesis y mantenimiento del consumo de sustancias, donde quizá por aburrimiento se inicia el consumo y el propio consumo genera que las actividades de la vida cotidiana, antes placenteras, se tornen aburridas (González, 2021). Sería conveniente conocer cómo se comporta esta variable en poblaciones de mayor edad, que también consumen, para conocer mejor la dinámica de este estado anímico.

Con respecto al optimismo, la muestra de este estudio obtuvo una puntuación visiblemente menor ($M= 26.64$, $DE= 6.64$) que la reportada en la muestra original con la que se validó la escala. Estos niveles bajos según las normas del instrumento, indican, según los autores (Oliva, 2011) mayor probabilidad de problemas emocionales y sociales. Muchos son los factores que en esta muestra dificultan una visión optimista de su condición. Como ya se comentó, los jóvenes con estas características, tienen además otras condiciones de vulnerabilidad, soledad y falta de oportunidades (González, 2022) que, en conjunto con el consumo de sustancias, disminuyen la esperanza en un mejor futuro, lo cual se refleja en los bajos puntajes que muestran en la medición de esta variable.

Con respecto a la relación entre las variables, entre la depresión y la ansiedad, se encontró una correlación lineal positiva, estadísticamente significativa (r Pearson= .63, $p= <.001$), al igual que entre la depresión y el aburrimiento (r Pearson= .62, $p= <.001$) y entre la ansiedad y el aburrimiento (r Pearson= .496, $p= .002$). La relación positiva entre depresión, ansiedad y aburrimiento observada en este estudio, aporta evidencia de validez concurrente entre estas variables. Esta asociación está muy documentada. La asociación con el aburrimiento resulta teóricamente congruente y no sorprende, aunque se ha estudiado poco.

Por otro lado, se observó una correlación negativa estadísticamente significativa entre el optimismo y la depresión (r Pearson= -.735, $p= <.001$), entre el optimismo y la ansiedad (r Pearson= -.58, $p= <.001$), y entre el optimismo y el aburrimiento (r Pearson= -.61, $p= <.001$). Es decir, que entre más optimista es la persona, va a presentar menores índices de depresión, menos signos de ansiedad

DESPREOCUPACIÓN POR OMISIÓN DE EMOCIONES EN DEMANDA

y menores niveles de aburrimiento (Ros, 2022). Este dato es fundamental porque el optimismo, según los autores, se puede entrenar (Joshanloo, Park y Park, 2017), lo que representa una oportunidad como tratamiento coadyuvante de la salud mental y el bienestar.

A partir de estos hallazgos, se corrobora que los aspectos emocionales continúan representando aspectos fundamentales en los mecanismos de uso de sustancias y dependencia a las mismas. Por lo que las estrategias para aumentar el optimismo y reducir el aburrimiento, mejorarían los aspectos emocionales que presentan los jóvenes en general (Oliva, 2011), además de que pueden beneficiar los procesos de los jóvenes en casos de recuperación del consumo y dependencia de sustancias.

Desafortunadamente las condiciones en las que viven la mayoría de los jóvenes de nuestras comunidades, facilitan su acceso a comportamientos indeseables como el consumo de sustancias y las adicciones. Intervenir en la reducción de los problemas emocionales como la depresión y la ansiedad, además de la incorporación de la gestión del aburrimiento y el aumento del optimismo, puede fortalecer los mecanismos profilácticos y los recursos protectores ante las sustancias, además de que en casos de mejorar el pronóstico de los jóvenes en casos de dependencia a sustancias.

El aburrimiento y el optimismo son variables que no se han abordado de forma suficiente en el trabajo con los jóvenes, a pesar de que son variables relevantes en

la vida de las personas y determinantes en su toma de decisiones. Los resultados de este estudio subrayan la pertinencia de considerar estas variables.

Para futuras investigaciones se recomienda ampliar la muestra poblacional, incluir quizá personas de un rango más amplio de edad, así como incluir mujeres en la valoración de las variables. En esta ocasión solamente se trabajó con varones, debido a que la población que integra la clínica que colaboró en este estudio, solo trabaja con jóvenes varones. Hay reportes de que las mujeres en general, muestran mayores niveles de depresión y ansiedad (Lee y Zelman, 2019) y que, por otra parte, los varones y las personas menores, muestran mayores niveles de aburrimiento (Weybright, Schulenberg y Caldwell, 2020). Sería deseable poder corroborar estos datos y la manera en que se relacionan las variables en estos grupos.

Por otro lado, se considera conveniente conocer la manera en que se comporta la variable optimismo, en muestras sin presencia de alteraciones emocionales. Según los resultados, todos los participantes de la muestra de este estudio, presentaban niveles superiores a la media en depresión, ansiedad y aburrimiento. Se esperaría que, si la depresión, la ansiedad y el aburrimiento bajan, el optimismo aumentaría.

Por último, se sugiere conocer las implicaciones del aburrimiento y el optimismo en otras conductas y procesos asociados a los jóvenes, cuál es la participación de estas variables en aspectos académicos y en sus estrategias de socialización y gestión de recursos para el logro de metas y proyectos, pues se consideran elementos definitivos en este campo.

DESPREOCUPACIÓN POR OMISIÓN DE EMOCIONES EN DEMANDA

REFERENCIAS

- American Psychiatric Association (APA) (2015). Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales. Buenos Aires: Editorial Médica Panamericana.
- Bar-On, R. (2000). Emotional and social intelligence: Insights from the Emotional Quotient Inventory. In R. Bar-On & J. D. A. Parker (Eds.), The handbook of emotional intelligence: Theory, development, assessment, and application at home, school, and in the workplace (pp. 363–388). Jossey-Bass/Wiley. <https://psycnet.apa.org/record/2001-00355-018>
- Bertini, M. C., Busaniche, J., Baquero, F., Eymann, A., Krauss, M., Paz, M., y Catsicaris, C. (2014). Adaptación transcultural y validación del test CRAFFT. [http://www.sap.org.ar/docs/publicaciones/primer/2015/AO Bertini anticipo_12-2-15.pdf](http://www.sap.org.ar/docs/publicaciones/primer/2015/AO_Bertini_anticipo_12-2-15.pdf)
- Campo Arias, A., Díaz-Martínez, L. A., Rueda-Jaimes G. E. y Barros-Bermúdez, J. A. (2005). Validación de la escala Zung para depresión en universitarias de Bucaramanga, Colombia. Revista Colombiana de Psiquiatría. 34; 1: 54-62. http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-74502005000100004
- González Ramírez V. (2022). Adolescencia, pobreza y consumo de metanfetaminas en Michoacán. Elementos, 127: 15-21 <https://elementos.buap.mx/post.php?id=721>
- González Ramírez, V. (2021). Aburrimiento y gaudibilidad en adolescentes dependientes a metanfetaminas. Evaluación y propuesta de intervención. [Tesis de doctorado. Departamento de Psicología. Centro de Ciencias Sociales y Humanidades. Universidad Autónoma de Aguascalientes]. <http://bdigital.dgse.uaa.mx:8080/xmlui/handle/11317/2217>

- González Ramírez, V., Salazar Garza, M. L., Navarro Contreras, G., & Padrós Blázquez, F. (2021). Construcción y validación de la Escala de Aburrimiento en adolescentes (EsAb). *Apuntes de Psicología*, 39(3), 125–132. <https://www.apuntesdepsicologia.es/index.php/revista/article/view/895>
- Heininga, V., Van Roekel, E., Ahles, J., Oldehinkel, A., Mezulis, A. (2017). Positive affective functioning in anhedonic individual daily life Anything but flat and blunted *Journal of Affective Disorders*. 218: 437-445. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/28531841/>
- Lee, F. y Zelman, D. (2019). Boredom proneness as a predictor of depression, anxiety and stress: The moderating effects of dispositional mindfulness. *Personality and Individual Differences*. 146, 68-75. https://www.researchgate.net/publication/332424149_Boredom_Proneness_as_a_Predictor_of_Depression_Anxiety_and_Stress_The_Moderating_Effect_of_Dispositional_Mindfulness
- Joshanloo, M., Park, Y. y Park, S. (2017). Optimism as the moderator of the relationship between fragility of happiness beliefs and experienced happiness. *Personality and Individual Differences*. 106: 61-63. <https://psycnet.apa.org/record/2017-00258-017>
- Luikinga, S., Kim, J. y Perry, C. (2018). Developmental perspectives on methamphetamine abuse: Exploring adolescent vulnerabilities on brain and behavior. *Progress in Neuropsychopharmacology & Biological Psychiatry*. 87: 78-84. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/29128447/>
- Oliva Delgado, Alfredo. (2011). Instrumentos para la evaluación de la salud mental y el desarrollo positivo adolescente y los activos que lo promueven. Consejería de Salud de la Junta de Andalucía. https://www.formajoven.org/AdminFJ/doc_recurso/201241812465364.pdf

DESPREOCUPACIÓN POR OMISIÓN DE EMOCIONES EN DEMANDA

- Padrós Blázquez, F., Martínez Medina, P., González Ramírez, V., Rodríguez Maldonado, D. y Astals Vizcaino, M. (2011). Estudio del nivel de gaudibilidad en pacientes con diagnóstico de trastorno por dependencia de sustancias. *Psiquis*, 20: 64-69. <https://www.researchgate.net/publication/303936538>
- Ros Velasco, J. (2022). *La enfermedad del aburrimiento*. Alianza Editorial.
- Sanz, J., García-Vera, M. y Fortún, M., (2012). El “inventario de ansiedad de Beck” (BAI): propiedades psicométricas de la versión española en pacientes con trastornos psicológicos. *Behavioral Psychology / Psicología Conductual*, 20; 3: 563-583. https://www.behavioralpsycho.com/wp-content/uploads/2019/08/05.Sanz_20-3oa.pdf
- Villatoro-Velázquez JA., Resendiz-Escobar, E., Mujica-Salazar, A., Bretón-Cirett, M., Cañas-Martínez, V., Soto-Hernández, I., Fregoso-Ito, D., Fleiz-Bautista, C., Medina-Mora, ME., Gutiérrez-Reyes, J., Franco-Núñez, A., Romero-Martínez, M. y Mendoza-Alvarado, L. (2017). ENCODAT 2016-2017: Reporte de Drogas. México: INPRFM. http://www.revistasaludmental.mx/index.php/salud_mental/article/view/SM.0185-3325.2018.003
- Weybright, E., Schulenberg, J. y Caldwell, L. (2020). More Bored Today Than Yesterday? National Trends in Adolescent Boredom Fromm 2008 to 2017, *Journal of Adolescent Health* 66;3: 360-365. <https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2019.09.021>

RESEÑA**VICTORIA GONZÁLEZ RAMÍREZ**

Licenciada en Psicología y Maestra en Neuropsicología, por la Universidad Nacional Autónoma de México. Doctora en Psicología por la Universidad Autónoma de Aguascalientes, México. Profesora e Investigadora de tiempo completo de la Facultad de Psicología de la Universidad Michoacana de San Nicolás de Hidalgo, Michoacán, México.

RECONOCIMIENTOS:

Nivel I, Sistema Nacional de Investigadores, México, 2023-2027

Perfil Docente Deseable PRODEP-SEP, México, 2023-2025

Nivel VII del Programa de Estímulos al Desempeño del Personal Docente (ESDEPED, 2023).

PUBLICACIONES:

González Ramírez V. (2022). Adolescencia, pobreza y consumo de metanfetaminas en Michoacán. Elementos, 127: 15-21
<https://elementos.buap.mx/post.php?id=721>

González Ramírez V, Salazar Garza ML, Navarro Contreras G, Padrós Blázquez F. (2022). Viso-construcción y memoria visual en jóvenes con dependencia a las metanfetaminas. Revista Internacional de Investigación en

DESPREOCUPACIÓN POR OMISIÓN DE EMOCIONES EN DEMANDA

Adicciones RIIAD, 8(1):7-18. <https://riiad.org/index.php/riiad/article/view/riiad-2022-1-02>

González Ramírez, V., Salazar Garza, M. L., Navarro Contreras, G., y Padrós Blázquez, F. (2021). Construcción y validación de la Escala de Aburrimiento en adolescentes (EsAb). *Apuntes de Psicología*, 39(3), 125–132. <https://www.apuntesdepsicologia.es/index.php/revista/article/view/895>

González Ramírez, V., Salazar Garza, M.L., Navarro Contreras, G y Padrós Blázquez, F. (2021). Fluencia verbal en adolescentes michoacanos con dependencia a las metanfetaminas. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*, 24(1), 56-72. <https://www.medigraphic.com/pdfs/epsicologia/epi-2021/epi211c.pdf>

González Ramírez, V. (2021). Aburrimiento y gaudibilidad en adolescentes dependientes a metanfetaminas. Evaluación y propuesta de intervención. [Tesis de doctorado. Departamento de Psicología. Centro de Ciencias Sociales y Humanidades. Universidad Autónoma de Aguascalientes]. <http://bdigital.dgse.uaa.mx:8080/xmlui/handle/11317/2217>

Rodríguez G. y González R. (2014). Las funciones psíquicas, EN-CLAVES DE LA PSICOLOGÍA. (39-62). ISSN 1870_879X https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1870-879X2014000100039

**DESCIFRANDO LA OBSESIÓN DIGITAL: RECOMENDACIONES
SOBRE USO PROBLEMÁTICO DE INTERNET Y CONSUMO EN
ADULTOS PUERTORRIQUEÑOS**

**DECIPHERING DIGITAL OBSESSION: RECOMMENDATIONS ON
PROBLEMATIC INTERNET USE AND CONSUMPTION AMONG PUERTO
RICAN ADULTS**

Andrés A. Cruz Santos

Gisela González Elías

Arlene Vélez-Galán

Hécmir Torres Cuevas

Universidad Albizu
Praxis académica
Puerto Rico

RESUMEN

Este artículo examina la evolución y el impacto del Internet desde su inicio como proyecto de investigación en los años 60 hasta su actual presencia omnipresente en la vida diaria. El impacto del Internet en la sociedad contemporánea es profundo, revolucionando la comunicación a través de correos electrónicos, plataformas de mensajería y redes sociales. Además, democratizó el acceso a la información y facilitó el aprendizaje y la investigación. Sin embargo, la

DESPREOCUPACIÓN POR OMISIÓN DE EMOCIONES EN DEMANDA

privacidad y seguridad en línea generan preocupaciones. Desde una perspectiva económica, el Internet impulsó el comercio electrónico, expandiendo el alcance empresarial global y creando nuevas formas de emprendimiento. No obstante, también conlleva desafíos como el robo de identidad y el ciberacoso. En este escrito se presentan datos de tres investigaciones realizadas en el 2022 sobre el uso problemático del Internet en adultos puertorriqueños. Las mismas fueron el desarrollo de una Escala de Uso Problemático del Internet (EUPI-6) y la evaluación de los componentes emocionales del uso problemático, relacionándolos con niveles de ansiedad y depresión. Asimismo, se analizó la conducta en línea y la ciber ética, concluyendo que quienes tienen un uso moderado de Internet muestran una conducta adecuada en línea. Por último, se ofrecen ocho recomendaciones para un uso más seguro y saludable del Internet, como establecer límites de tiempo y fomentar la comunicación y apoyo social. Se destaca la importancia de abordar proactivamente los desafíos asociados al uso del Internet para aprovechar su potencial al máximo y garantizar un entorno digital seguro y saludable.

PALABRAS CLAVES

Uso del internet, tecnología, ciberpsicología, internet, uso problemático del internet

ABSTRACT

This article examines the evolution and impact of the Internet from its inception as a research project in the 1960s to its current pervasive presence in everyday life. The impact of the Internet on contemporary society is profound, revolutionizing communication through e-mail, messaging platforms and social networks. It has also democratized access to information and facilitated learning and research. However, online privacy and security raise concerns. From an economic perspective, the Internet has boosted e-commerce, expanded global business reach and created new forms of entrepreneurship. However, it also brings challenges such as identity theft and cyberbullying. This brief presents data from three research studies conducted in 2022 on problematic Internet use among Puerto Rican adults. A Problematic Internet Use Scale (EUPI-6) was developed, and the emotional components of problematic use were evaluated, relating them to levels of anxiety and depression. Likewise, online behavior and cyber ethics were analyzed, concluding that those with moderate Internet use show appropriate online behavior. Finally, eight recommendations are offered for safer and healthier Internet use, such as setting time limits and encouraging communication and social support. The importance of proactively addressing the challenges associated with Internet use is highlighted in order to make the most of its potential and ensure a safe and healthy digital environment.

KEY WORDS

Internet use, technology, cyberpsychology, Internet, problematic Internet use.

DESPREOCUPACIÓN POR OMISIÓN DE EMOCIONES EN DEMANDA

La evolución y el impacto del Internet desde sus inicios han constituido un fenómeno de profunda relevancia en la sociedad contemporánea. Surgido originalmente como un proyecto de investigación académico-militar en la década de 1960, el Internet ha experimentado un crecimiento exponencial, consolidándose como una herramienta omnipresente en la vida cotidiana de las personas. En sus etapas iniciales, el Internet principalmente servía como medio de transferencia de datos y comunicación entre instituciones académicas y militares. No obstante, con el transcurso del tiempo, experimentó una expansión masiva en su alcance y usabilidad. Un hito fundamental en la historia del Internet tuvo lugar en 1989 con la creación de la World Wide Web (WWW) por Tim Berners-Lee, permitiendo la confección de páginas web y la navegación mediante hipervínculos, comúnmente conocidos como "enlaces" (Dennis, 2023).

El impacto del Internet en la sociedad ha sido profundo y ha transformado numerosos aspectos de la vida cotidiana (Salinas et al., 2022). En el ámbito de la comunicación, tanto el correo electrónico como las plataformas de mensajería instantánea han revolucionado la forma en que las personas mantienen contacto, permitiendo una comunicación rápida y eficiente a nivel global. Además, las redes sociales han ampliado aún más las posibilidades de conexión interpersonal, facilitando la interacción y el intercambio de información entre individuos de diversas ubicaciones geográficas. Por otro lado, el acceso a la información también ha sido transformado por el Internet. Antes de su llegada, la búsqueda de información implicaba visitar bibliotecas o consultar enciclopedias físicamente. En la actualidad, es posible acceder a una cantidad inmensa de conocimiento en línea. Esto ha

democratizado el acceso a la información y ha facilitado el aprendizaje y la investigación en diversas disciplinas. No obstante, la privacidad y la seguridad en línea son temas que han generado un debate constante. Esto puede ser un reto para los 311.3 millones de usuarios de internet en los Estados Unidos (Statista, 2023).

Por otro lado, la economía también se ha visto impactada por el Internet. La aparición del comercio electrónico ha permitido a las empresas expandir su alcance y llegar a un público global. El surgimiento de plataformas de venta en línea ha cambiado las dinámicas del comercio tradicional y ha fomentado la creación de nuevas formas de emprendimiento y negocios. No obstante, junto con los beneficios, también han surgido desafíos y preocupaciones. El Internet ha dado lugar a nuevas formas de delitos, como el robo de identidad y el ciberacoso. Además, se ha prestado para dar paso a lo que definimos como uso problemático del internet que definimos como aquellas conductas de carácter adictivo que impiden el funcionamiento óptimo en el diario vivir de las personas.

BENEFICIOS Y RETOS

La incorporación del Internet ha transformado significativamente la manera en que los adultos interactúan, aprende y se conectan con el mundo, presentando un panorama que ofrece una amplia gama de ventajas, aunque también plantea

DESPREOCUPACIÓN POR OMISIÓN DE EMOCIONES EN DEMANDA

desafíos que requieren un abordaje consciente. En lo que respecta a las ventajas, el Internet brinda un acceso rápido y conveniente a una vasta cantidad de información (Wessel & Nascimento, 2023). Los adultos pueden efectuar búsquedas, investigar temas de interés, acceder a noticias y recursos educativos. Además, el Internet fomenta la comunicación con otras personas a través de redes sociales, foros y comunidades en línea, facilitando así la construcción de relaciones y el intercambio de ideas (Wong, 2010). Otro beneficio de gran relevancia radica en su capacidad para mejorar la productividad y la eficiencia en el entorno laboral. Los adultos pueden emplear herramientas en línea para la gestión de tareas, la colaboración en proyectos y el acceso a documentos cruciales desde cualquier ubicación. De igual manera, el Internet ha dado lugar a oportunidades de trabajo flexibles, como el teletrabajo, permitiendo que los adultos concilien de manera más efectiva su vida laboral y personal (Berube y Swanson, 2005). Sin embargo, el internet también presenta desafíos sustanciales. Uno de los desafíos más destacados es la gestión del tiempo. La facilidad de acceso a la información y al entretenimiento en línea puede llevar a una pérdida de productividad y a un uso excesivo del internet. Los adultos deben ser conscientes de establecer límites y equilibrar su tiempo en línea con otras actividades importantes.

La seguridad en línea es otro desafío fundamental. Los adultos deben ser conscientes de los riesgos asociados con el robo de identidad, el acoso en línea y la privacidad de los datos. Es esencial aprender a protegerse y a tomar precauciones al compartir información personal en la web. Además, el uso excesivo del internet puede tener un impacto negativo en la salud mental y el bienestar

emocional de los adultos (Alavi et al., 2011). La comparación social, el miedo a perderse algo (FOMO, por sus siglas en inglés) y el uso problemático del internet son problemas crecientes que requieren atención. Es importante establecer límites saludables, fomentar el autocuidado y buscar apoyo si se experimenta un uso problemático del internet (Dincer, 2022).

OBJETIVO

El objetivo de este escrito es realizar una recopilación de información descriptiva obtenida de tres investigaciones realizadas en el año 2022. También, con la información recopilada de las investigaciones, este escrito pretende compartir recomendaciones para fomentar un uso del internet balanceado y saludable. Por último, estas investigaciones fueron debidamente autorizadas por la Junta de Revisión Institucional (IRB) de una universidad ubicada en el norte de Puerto Rico.

MÉTODO

El método de esta investigación consta de una revisión detallada de las tres investigaciones realizadas en el 2022. Con el fin de proporcionar recomendaciones a la comunidad profesional.

DESPREOCUPACIÓN POR OMISIÓN DE EMOCIONES EN DEMANDA

USO PROBLEMÁTICO DEL INTERNET EN ADULTOS

PUERTORRIQUEÑOS

La primera de estas investigaciones se titula "Uso Problemático del Internet en Adultos Puertorriqueños". El objetivo principal de esta investigación consistió en el desarrollo y validación de un cuestionario, diseñado para medir el uso problemático del internet en adultos. Dicho cuestionario recibió el nombre de Escala de Uso Problemático del Internet (EUPI-6) y se compone de seis preguntas que evalúan directamente los efectos del uso problemático del internet en adultos puertorriqueños. A más alta la puntuación en la escala más uso problemático. La muestra estuvo compuesta de 208 participantes adultos puertorriqueños de los cuales 153 (73%) de los participantes se identificaron como féminas y 54 (25.96%) se identificaron como masculinos. En torno al nivel educativo de la muestra, siete de los participantes (3%) contaban con diploma de escuela superior, siete (3%) contaban con un grado asociado, 95 (45%) contaban con un bachillerato, 69 (33%) contaban con una maestría y 27 (13%) contaban con un grado doctoral. Por otro lado, se observó que 206 (96%) utilizaban el teléfono móvil para navegar en internet al igual que otros dispositivos como computadora de escritorio (9%), laptop, (27%), consola de video juegos (4%), tabletas (14%) y televisor inteligente (11%). Por otro lado, de la muestra se desprende que 69 (33.17%) consumen siete horas o más de internet, 68 (32.69%) consumen de cinco a seis horas, 60 (28%) consumen de tres a cuatro horas y 11 (5.29%) consumen de dos horas o menos. También, se observó

que el 96 (46%) de los participantes tenían una modalidad presencial laboral y/o académica, 81 (38.94) una modalidad híbrida y 31 (14%) una modalidad remota/virtual.

La metodología fue una no experimental de corte instrumental (Cruz et al., 2022). Se realizó un análisis de factores exploratorio utilizando un método de extracción de Principal Axis Factoring y una rotación Oblimin con normalización de Kaiser. Los resultados revelaron que las pruebas de adecuación de la muestra estuvieron dentro de los valores esperados ($KMO = .86$, $\chi^2_{(435)} = 2,200.80$, $p < .001$) y se observó una estructura factorial de tres factores que explicaban el 54.44% de la varianza.

Para la versión de tres factores de la escala, se calculó la consistencia interna y los índices de discriminación. Los Factores 1 y 2 de la escala tuvieron coeficientes de consistencia interna adecuados (Factor 1: $\alpha = .7877$, Factor 2: $\alpha = .7329$). No obstante, el Factor 3 no alcanzó una consistencia interna adecuada ($\alpha = -.311$). Los índices de discriminación para el Factor 1 fluctuaron entre .56 a .65, para el Factor 2 entre .49 a .59, y para el Factor 3 de -.16. Los ítems que formaban parte del Factor 3 fueron eliminados ya que estos no cumplían con los coeficientes de consistencia interna. Debido a que se eliminó el Factor 3, se volvió a realizar el análisis factorial con los ítems correspondientes al Factor 1 y 2 y se pudo mantener la adecuación del tamaño de la muestra ($KMO = .76$, $\chi^2_{(15)} = 340.29$) manteniendo una estructura factorial de dos factores que explicaban un 51.42% de la varianza sin tener que eliminar más ítems. La escala en su versión final quedó con dos factores

DESPREOCUPACIÓN POR OMISIÓN DE EMOCIONES EN DEMANDA

con tres ítems cada factor (Percepción del uso del internet y Descuido por el uso del internet).

DISCUSIÓN USO PROBLEMÁTICO DEL INTERNET

En el marco de esta investigación, se logró concebir y validar una escala destinada a cuantificar el uso problemático de Internet. Esta escala reveló una estructura factorial de dos dimensiones, cada una compuesta por tres ítems. El fenómeno del uso problemático de Internet ha sido objeto de estudio desde los albores de la era digital. Sin embargo, existe un vasto terreno por explorar desde perspectivas psicológicas y otras disciplinas conexas. Este estudio aporta una herramienta que propicia la continuidad de investigaciones sobre el fenómeno, abordando dos facetas esenciales: la percepción del uso de Internet y el descuido en su utilización. Este instrumento no solo fomenta la realización de futuras investigaciones, sino que también puede emplearse de manera complementaria con otras herramientas que evalúan el uso problemático de Internet desde ángulos como los videojuegos, las redes sociales, el cibersexo, entre otros. De igual forma contribuye así a la formulación de soluciones desde el ámbito de la psicología y disciplinas afines.

**COMPONENTES EMOCIONALES DEL USO PROBLEMÁTICO DEL
INTERNET EN ADULTOS PUERTORRIQUEÑOS**

La segunda investigación, titulada "Componentes Emocionales del Uso Problemático del Internet en Adultos Puertorriqueños", se centró en conocer la relación entre el uso problemático del internet mediante el empleo de la EUPI-6, y los niveles de depresión y ansiedad en adultos puertorriqueños. También la investigación examinó cuánto tiempo los individuos pasan en el internet, cuál dispositivo utilizan más y en qué actividades pasan el tiempo mientras utilizan el internet. Según Cruz et. al (2022), la muestra estuvo compuesta de 237 participantes. De éstos, el 80.6% se identificaron como féminas y el 19% se identificaron como varones. En cuanto al estatus marital de los participantes, el 67.7% reportó estar solteros, mientras que 9.7% reportaron se encuentran en unión libre y el resto de los participantes reportaron estar viudos 2% y 2.1% separados. Por otro lado, de la muestra se desprende que 44.3% de los participantes poseen un bachillerato, 27.4% poseen una maestría y 9.7% poseen un doctorado. El resto de la muestra contaban con diploma de escuela superior, grado asociado y post doctorado 8.4%, 5.9%, y 1.7%, respectivamente. La edad promedio de los participantes fue de 31.58 años. Además, el 99.6% participantes mencionaron que utilizan un dispositivo móvil para navegar el internet y 25.3% de ellos mencionaron que pasan más de siete horas diarias conectados al internet, 35.9% mencionaron que pasan de cinco a seis horas conectados al internet, 30.4% pasan de tres a cuatro horas y el 8% pasan dos horas o menos. Los participantes informaron que

DESPREOCUPACIÓN POR OMISIÓN DE EMOCIONES EN DEMANDA

un 61.2% tienen una modalidad laboral o académica presencial, 30.4% una modalidad híbrida (divide su tiempo tanto presencial como remoto) y 6.8% una modalidad remota/virtual.

Se evaluó si existen correlaciones entre la Escala de Uso Problemático del Internet (EUPI-6), los datos sociodemográficos (sexo, preparación académica y online gaming), los cuestionarios Ansiedad Generalizada (GAD-7) y Cuestionario de Salud del Paciente (PHQ-8). También, se exploró si existen diferencias entre el sexo (femenino y masculino) de la muestra en función de los instrumentos. Por último, se exploró si el uso problemático del Internet sirve como variable moderadora/mediadora de las demás variables. Se utilizó un diseño no experimental transversal correlacional-descriptivo. Los hallazgos principales indicaron que el 30% de los participantes consumen de dos a tres horas diarias en el internet, y existe una correlación significativa entre los cuestionarios Ansiedad Generalizada (GAD-7), Cuestionario de Salud del Paciente (PHQ-8) y la EUPI-6. Estos resultados indican que el uso problemático del internet y la ansiedad general son independientes del sexo, la preparación académica y el “online gaming” en la muestra bajo estudio. Por último, se observó que el uso problemático del internet no modera la relación entre la ansiedad y la depresión en la muestra de participantes. Sin embargo, sí media parcialmente la relación entre ansiedad y depresión en los participantes.

DISCUSIÓN COMPONENTES EMOCIONALES

En el curso de esta investigación, se identificaron indicadores de ansiedad y depresión, así como un uso moderado de Internet en adultos puertorriqueños. Estos hallazgos ofrecen una perspectiva esclarecedora sobre la interacción entre el uso de Internet y el estado emocional de los participantes. A pesar de que la muestra de este estudio fue pequeña y su diseño no experimental, puede considerarse un indicador representativo de los fenómenos que impactan la vida cotidiana de los puertorriqueños. Se aspira a que este estudio sienta las bases para futuras investigaciones que exploren este fenómeno y sus efectos en niños y adolescentes, y que incite a los profesionales de la salud mental a integrarlo en sus protocolos de evaluación, utilizando la escala EUPI-6, con miras a establecer políticas públicas que optimicen tanto la calidad de vida como el uso adecuado de Internet. Por último, es relevante destacar que la prevalencia de ansiedad y depresión ha experimentado un incremento debido a eventos de índole local e internacional que el país ha experimentado en los últimos años (González et al., 2020)

CIBER ÉTICA Y CONDUCTA EN LÍNEA

La tercera y última investigación de este proyecto lleva por título "Ciber Ética y Conducta en Línea". Para esta investigación definimos ciber ética y conducta en línea como un conjunto de principios, normas y valores que guían el comportamiento

DESPREOCUPACIÓN POR OMISIÓN DE EMOCIONES EN DEMANDA

ético de las personas en el entorno digital, especialmente en internet y las redes sociales. Involucra la reflexión y aplicación de la ética en situaciones que surgen en el ciberespacio, considerando aspectos como la privacidad, la seguridad, la responsabilidad y el respeto hacia otros usuarios. La muestra estuvo compuesta de 122 participantes, de los cuales el 86% se identificaron como femenino, 25.4% se identificaron como masculino y 2.5% se identificaron como no binario. En términos de nivel de escolaridad, el 5.7% reportó contar con un diploma de escuela superior, un 51.6% estaba cursando un bachillerato, un 22.1% maestría y un 13.9% grados doctorales. En esta ocasión, se desarrolló una escala con el propósito de medir la conducta en línea. Dicho cuestionario recibió el nombre de Escala de Ciber Ética y Conducta en Línea y se compone de 6 preguntas. Se realizó un análisis de factores exploratorio utilizando un método de extracción de Principal Axis Factoring y una rotación Varimax con normalización de Kaiser. Las pruebas de adecuación de la muestra estuvieron dentro de los valores esperados ($KMO = .614$, $\chi^2_{(435)} = 1564.518$, $p < .001$).

El análisis detectó un factor que explica el 56% de la varianza. El factor de la escala fue nombrado basado en el contenido que hace referencia a los ítems: Factor 1 = Responsabilidad y Ética en línea. El mismo contó con seis reactivos. En la Tabla 2 se presentan los ítems del factor con sus cargas factoriales. Los resultados apuntaron a que el instrumento cuenta con las propiedades psicométricas adecuadas con un índice de confiabilidad de .83 en la escala total. Los resultados revelaron que las personas con un uso moderado de internet obtuvieron una calificación elevada en la escala de ciber ética, lo que indica que estos individuos

mantienen una conducta adecuada en línea. La conducta adecuada es aquella que no causa daño o incomodidad a las personas a nuestro alrededor y las que están en línea.

DISCUSIÓN CIBER ÉTICA

Esta investigación representa un avance significativo en la comprensión de la interacción entre la ética digital y el comportamiento en línea, basándose en una muestra de 122 participantes. Es notorio el hallazgo de que los individuos que hacen un uso moderado de Internet exhibieron puntuaciones notablemente altas en la escala de ciber ética, lo que indica una relación positiva entre un consumo equilibrado de la red y una conducta ética en línea. Este descubrimiento subraya la relevancia del tiempo dedicado a la navegación en línea en la formación de las actitudes y comportamientos de las personas.

La cifra de usuarios de Internet no ha parado de incrementarse anualmente y casi dos tercios de los habitantes del planeta están conectados a la red actualmente. Solo en 2022, creció 337 millones con respecto al año anterior (Statista, 2022). Tomando este contexto en consideración, resulta imperativo que se realicen evaluaciones detalladas de las conductas en línea. Esto permitirá desarrollar programas que fomenten un uso adecuado y saludable del internet, con el objetivo

DESPREOCUPACIÓN POR OMISIÓN DE EMOCIONES EN DEMANDA

de mitigar la manifestación de comportamientos mal adaptativos que pudieran tener un impacto negativo en el bienestar y la calidad de vida de las personas.

INTEGRACIÓN

Al consolidar los datos de las tres investigaciones, se logró una muestra total de 512 participantes, lo que permitió llevar a cabo análisis más detallados y comparativos. Estos resultados proporcionan una visión completa y matizada del uso de Internet en la población adulta de Puerto Rico, y sientan las bases para futuras investigaciones en el ámbito de la ética digital y el comportamiento en línea. La composición demográfica consolidada de las tres investigaciones constó de 67% féminas y 23% varones. Se llevo a cabo comparaciones grupales en base al sexo (masculino y femenino). No se encontraron diferencias en cuanto al uso problemático del internet y las puntuaciones de la escala de ciber ética y el sexo de los participantes. También, se pudo observar que un 33.4% de los participantes pasaba de 5 a 6 horas conectados al internet, un 28.4% de 3 a 4 horas, un 27.6% de 7 a 10 horas, y un 1.5% pasaban 11 horas o más conectados al internet. Por otro lado, se pudo observar que un 56% de los participantes mostraron un uso moderado del internet, un 34.4% un uso adecuado y un 5% un uso problemático.

CONCLUSIONES

La trayectoria de la creación del Internet, desde sus modestos inicios como un proyecto de investigación hasta su consolidación como una herramienta omnipresente en la sociedad contemporánea, es verdaderamente asombrosa. Su influencia se ha extendido de manera abarcadora, tocando cada aspecto de la experiencia humana, desde la comunicación y el acceso a la información, hasta los dominios económicos y del entretenimiento. A lo largo de este camino, el Internet ha brindado innumerables beneficios, al tiempo que ha planteado retos y preocupaciones que no podemos ignorar. Las investigaciones abordadas en este documento aportan una valiosa contribución al entendimiento del complejo fenómeno del uso de Internet en la sociedad contemporánea. Al examinar las múltiples facetas de esta interacción digital, se vislumbra un panorama en el que convergen influencias de diversa índole, como, por ejemplo, la potencialidad de la red para fomentar la conectividad global y el acceso a información vital, hasta los riesgos asociados con el uso excesivo o desmedido. Lo cual despliega un espectro amplio de posibilidades y desafíos.

Asimismo, se destaca la necesidad de considerar no solo los aspectos cuantitativos, como el tiempo dedicado a la navegación, sino también los matices cualitativos que definen la naturaleza de la interacción entre humanos y la tecnología. En este sentido, se revela la importancia de analizar las motivaciones, los patrones de comportamiento y las percepciones individuales que moldean el uso de la tecnología. Estas investigaciones no solo ofrecen un análisis retrospectivo, sino que resaltan la importancia de desarrollar políticas y estrategias que

DESPREOCUPACIÓN POR OMISIÓN DE EMOCIONES EN DEMANDA

promuevan un uso equilibrado y beneficioso de Internet en la sociedad contemporánea. Al hacerlo, no solo potenciamos los beneficios que esta tecnología puede aportar a la sociedad, sino que también aseguramos un entorno digital más seguro y saludable para todos. En última instancia, el Internet es una herramienta poderosa y versátil que, cuando se utiliza de manera consciente y equilibrada, puede contribuir de manera significativa al bienestar de la sociedad. Es nuestra responsabilidad aprovechar su potencial al máximo, al tiempo que preservamos los valores y la ética que definen nuestra existencia en la era digital.

RECOMENDACIONES

A continuación, presentamos ocho recomendaciones que consideramos pueden contribuir a gestionar el uso de Internet de manera más segura y menos perjudicial para la salud de los usuarios, basadas en los resultados de nuestras investigaciones más recientes:

Autoevaluación: Comenzar a ser consciente del uso de Internet. Es recomendable hacer un análisis de cuánto tiempo se invierte en línea y qué actividades se realizan. Esto ayudará a la persona a identificar patrones de uso excesivo.

Establecer límites de tiempo: Definir límites diarios o semanales para el tiempo de uso del Internet. Utilizar alarmas o aplicaciones de control de tiempo son útiles para alcanzar estos límites.

Identificar las actividades problemáticas: El poder identificar las actividades en línea que suscitan el perder el control del tiempo es altamente recomendado. Estas actividades podrían incluir redes sociales, videojuegos, transmisiones en vivo, etc.

Diversificar las destrezas de afrontamiento para manejo de la ansiedad y depresión: Es importante el asegurar dedicar tiempo a otras actividades fuera de línea, como la actividad física, la lectura o pasar tiempo con amigos y familiares.

Espacio sin tecnología: Establecer áreas del hogar, como el dormitorio, donde los dispositivos electrónicos no estén permitidos para fomentar un buen descanso.

Practicar la autorregulación: Fomentar la capacidad de autorregularse al usar internet, aprendiendo a controlar el tiempo y la frecuencia del uso del Internet, evitando caer en patrones compulsivos o problemáticos.

Establecer metas y prioridades: Ayuda a establecer metas y prioridades claras en la vida diaria. Fomentar una estructura y una planificación adecuada, de modo que el tiempo en línea se utilice de manera consciente y productiva.

Buscar apoyo: Buscar apoyo de amigos, familiares o un profesional de la salud mental si se reconoce que no es posible mantener uso controlado del Internet.

DESPREOCUPACIÓN POR OMISIÓN DE EMOCIONES EN DEMANDA

LIMITACIONES Y FUTURAS INVESTIGACIONES

En la revisión de las investigaciones incluidas en esta praxis, se identificaron ciertas limitaciones que requieren consideración en futuras investigaciones. Las principales restricciones de los estudios están vinculadas al método de muestreo utilizado (por disponibilidad) y al tamaño de la muestra ($n = 512$). Este enfoque de muestreo dificulta la extrapolación de los resultados, lo que implica que nuestros hallazgos son pertinentes únicamente a la muestra recopilada en esta investigación. Se sugiere que investigaciones futuras relacionadas con esta temática amplíen el tamaño de la muestra y utilicen un método de muestreo de carácter probabilístico.

REFERENCIAS

- Ancis, J. R. (2020). The age of cyberpsychology: An overview. *Technology, Mind, and Behavior*, 1(1). <https://doi.org/10.1037/tmb0000009>
- Alavi, S. S., Maracy, M. R., Jannatifard, F., & Eslami, M. (2011). The effect of psychiatric symptoms on internet addiction disorder in Isfahan's University students. *Journal of research in medical sciences: the official journal of Isfahan University of Medical Sciences*, 16(6), 793–800.
- Cruz-Santos, A., Rosario-Rodríguez, A., De León- Cordero, M., Resto-Rivera, G., & Arrocho, Santiago, A. (2022). Uso problemático del Internet en Adultos Puertorriqueños.

Berube Kowalski, K. and Swanson, J.A. (2005), "Critical success factors in developing teleworking programs", *Benchmarking: An International Journal*, Vol. 12 No. 3, pp. 236-249. <https://doi.org/10.1108/14635770510600357>

Dennis, M. Aaron (2023, August 8). Tim Berners-Lee. *Encyclopedia Britannica*. <https://www.britannica.com/biography/Tim-Berners-Lee>.

Dinçer, E.M., Saygın, M., & Karadal, H. (2022). The Fear of Missing Out (FoMO). *Handbook of Research on Digital Violence and Discrimination Studies*.

González-Rivera, J., Rosario-Rodríguez, A., & Cruz-Santos, A. (2020). Coronavirus Anxiety Scale: A New Instrument to Measure Anxiety Symptoms Associated with COVID-19. *Interacciones*, 6(3), e163. <https://doi.org/10.24016/2020.v6n3.163>

Hayes, A. F. (2021). The PROCESS macro for SPSS, SAS, and R (version 4.0) [Computer software]. <https://www.processmacro.org/index.html>.

Rial Boubeta, A., Golpe Ferreiro, S., Gómez Salgado, P., & Barreiro Couto, C. (2015). Variables asociadas al Uso problemático de internet entre adolescentes. *Health and Addictions/Salud y Drogas*, 15(1), 25-38. <https://doi.org/10.21134/haaj.v15i1.223>

Salicetia, F. (2015). Internet addiction disorder (IAD). *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 191, 1372-1376. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2015.04.292>

Salinas Anaya, Y. D., Galván Rodríguez, D. G., Guzmán Prince, I., & Orrante Sakanassi, J. A. (2022). El impacto del internet de todas las cosas (IoT) en la vida cotidiana. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 6(2), 1369-1378. https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v6i2.1959

Statista. (4 de septiembre de 2023). Internet usage in the United States - Statistics & Facts. <https://www.statista.com/topics/2237/internet-usage-in-the-united->

DESPREOCUPACIÓN POR OMISIÓN DE EMOCIONES EN DEMANDA

[states/?gclid=CjwKCAjwo9unBhBTEiwAipC11wjKKeinywiJfqgF6echi0lm5GjBjHSPY58ffXw52SyL2-P6Ly7zBBoChpgQAvD_BwE#topicOverview](https://doi.org/10.1080/15228835.2011.562629) .

Wessel, R. A., & Nascimento Heim, T. (2023). Las dimensiones de las ciberamenazas: Inconsistencias de la regulación global. *Anales de Derecho*, 40, 40–65. <https://doi.org/10.6018/analesderecho.546921>

Weinstein, A., Dorani, D., Elhadif, R., Bukovza, Y., Yarmulnik, A., & Dannon, P. (2015). Internet addiction is associated with social anxiety in young adults. Research Gate. <http://dx.doi.org/10.1093/med/9780199380183.003.0001>

Wong, Y. (2010). Cyber-Parenting: Internet Benefits, Risks and Parenting Issues. *Journal of Technology in Human Services*, 28(4), 252-273. <https://doi.org/10.1080/15228835.2011.562629>

RESEÑA

ANDRÉS ALONSO CRUZ SANTOS

Residente del pueblo de Cidra, Puerto Rico, posee un Bachillerato en Psicología otorgado por la Universidad de Puerto Rico en Cayey. Además, cuenta con una Maestría en Psicología Escolar y un Doctorado en Psicología (PhD) con especialización en Consultoría, Investigación y Docencia del recinto de San Juan de la Universidad Albizu. Sus áreas de interés investigativo incluyen la ciberpsicología, el bienestar y la salud física. Actualmente, el Dr. Cruz se desempeña como Catedrático Auxiliar en el programa de Bachillerato Interdisciplinario de la Universidad Albizu en San Juan, impartiendo los cursos de

Psicología Fisiológica, Metodologías de Investigación, Neuropsicología, Teorías de Aprendizaje y Ciberpsicología. El Dr. Cruz es cofundador del grupo de investigación en Ciberpsicología y cuenta con diversas publicaciones en revistas científicas que abordan el uso de internet y su impacto en el bienestar y la salud mental. Sus publicaciones más recientes son las siguientes:

Gonzalez – Rivera, J., Rosario - Rodríguez, A., & Cruz – Santos, A. (2019). Actitud Sobre el Ejercicio Físico y los Deportes: Un Estudio Psicométrico en Estudiantes Universitarios. Revista Evaluar,19(2), 58-72.
<https://doi:10.35670/16674545.v19.n2.25083>

Rodriguez - Rios, L., Cabiya-Morales, J. J., Sánchez-Cardona, I., & Cruz-Santos, A. A. (2020). Consumo de marihuana en adolescentes puertorriqueños: Factores protectores frente a una mayor accesibilidad. Revista Caribeña de Psicología, 4(1), 45-54. <https://doi.org/10.37226/rcp.v4i1.1709>

Rosario-Rodríguez, A., González-Rivera, J. A., Cruz-Santos, A., & Rodríguez-Ríos, L. (2020). Demandas Tecnológicas, Académicas Y Psicológicas En Estudiantes Universitarios Durante La Pandemia Por COVID-19. Revista Caribeña de Psicología, 4(2), 176-185. <https://doi.org/10.37226/rcp.v4i2.4915>

González - Rivera, J., Rosario-Rodríguez, A., & Cruz-Santos, A. (2020). Escala de Ansiedad por Coronavirus: Un Nuevo Instrumento para Medir Síntomas de Ansiedad Asociados al COVID-19. Interacciones, 6(3), e163.
<https://doi.org/10.24016/2020.v6n3.163>

DESPREOCUPACIÓN POR OMISIÓN DE EMOCIONES EN DEMANDA

Rosario-Rodríguez, A., Cruz-Santos, A. & González - Rivera, J. (2020). Demandas Tecnológicas, Laborales y Psicológicas del Teletrabajo durante la Pandemia por COVID-19. *Ciencias de la Conducta*, 35(1), 157-178.

Colón-Negrón, M. A., Rosario-Rodríguez, A., & Cruz-Santos, A. (2021). Percepción Del Síndrome De Hubris En Una Muestra De Empleados En Puerto Rico. *Revista Evaluar*, 21(2), 17-32. <https://doi.org/10.35670/16674545.v21.n2.3439>

Cruz – Santos A., & Rivera – García, M. (2022). Virtudes, Amenazas Y Retos De La Influencia De Los Profesionales De La Salud En Las Redes Sociales. *Boletín Asociación de Psicología de Puerto Rico*, 45(3). <https://www.asppr.net/boletn>

Jiménez Del Toro, E., Cruz Santos, A., & Rosario Rodríguez, A. (2023). Escala De Masculinidad Hegemónica En Una Muestra De Adultos Gais De Puerto Rico: Desarrollo Y Validación. *Revista Puertorriqueña De Psicología*, 34(1), 14–27. <https://doi.org/10.55611/reps.3401.02>

AGRADECIMIENTOS

El investigador principal desea expresar el más profundo agradecimiento por la invaluable contribución que cada uno del equipo de investigación ha brindado a este proyecto. Su dedicación, experiencia y compromiso han sido fundamentales para alcanzar los logros que hoy celebramos. El camino en el campo de la ciberpsicología no ha estado exento de desafíos, pero gracias a su arduo trabajo y

colaboración, hemos superado cada obstáculo con éxito. Sus aportes individuales y colectivos han enriquecido significativamente nuestro entendimiento de este campo en constante evolución. Asimismo, es imperativo reconocer el apoyo incondicional de la Universidad Albizu. La institución no solo ha proporcionado los recursos necesarios para llevar a cabo esta investigación, sino que también ha fomentado un ambiente propicio para el crecimiento intelectual y profesional de nuestro equipo. Finalmente deseamos expresar nuestra gratitud al Programa de Bachillerato Interdisciplinario por su contribución al desarrollo académico de cada miembro de nuestro equipo. La formación integral que brinda este programa ha sido fundamental en la formación de profesionales capaces y comprometidos con la excelencia en sus respectivos campos de estudio.

ANEXOS

Tabla 1				
Propiedades Psicométricas EUPI-6				
		Factor		rbis
		1	2	
1.	Las personas a mi alrededor se quejan de que uso mucho el internet.	.79		.64
2.	Reacciono a la defensiva cuando soy confrontado por el tiempo que paso en línea.	.64		.56
3.	Siento que me critican por el tiempo que gasto en el internet.	.77		.65
4.	He perdido clases/trabajo por estar usando el internet.		.58	.49
5.	Descuido tareas domésticas por el uso del internet.		.73	.59
6.	Por usar el internet paso menos tiempo haciendo mis labores académicas y/o personales.		.76	.58
Valor Eigen		2.79	1.25	
Varianza Explicada		38.59	12.84	
alfa de Cronbach		.71	.72	

DESPREOCUPACIÓN POR OMISIÓN DE EMOCIONES EN DEMANDA

Nota. rbis = índice de discriminación biserial; Factor 1 = Percepción del uso del internet; Factor 2 = Descuido por el uso del internet. Método de extracción utilizado fue el Análisis de Componente Principal. El método de rotación fue Oblimin con la normalización de Kaiser. La rotación convergió en 5 iteraciones.

Tabla 2 Propiedades Psicométricas Escala de Ciber Ética y Conducta en Línea		Factor	
		1	
1.	Reconozco que compartir grabaciones de contenido ilegal es irresponsable.	.72	
2.	Pienso que las personas deben considerar las consecuencias de comentar despectivamente en las publicaciones.	.62	
3.	Reconozco que grabar contenido ilegal es irresponsable.	.68	
4.	Considero innecesario los comentarios de carácter humillante que otros pueden hacer a imágenes o publicaciones	.70	
5.	Pienso que hay que tener cautela con los correos electrónicos provenientes de emisores desconocidos.	.57	
6.	Considero que enviar o recibir imágenes de carácter sexual es un riesgo.	.42	
Varianza Explicada 56 alfa de Cronbach 83			
Nota: Factor 1 = Responsabilidad y Ética en línea			

**LA TRANQUILIDAD QUE GENERÓ EL MIEDO EN LAS
RELIGIOSAS DURANTE LA PANDEMIA**

**THE TRANQUILITY GENERATED BY FEAR IN THE RELIGIOUS DURING THE
PANDEMIC**

Álvaro Giraldo

Constanza Forero

Norby Tatiana Gamboa

Miguel Ángel Orrego

Alejandra Vanegas

Universidad de Antioquia
Línea de Investigación Cultura y Salud
Investigación cualitativa
Colombia

RESUMEN

La llegada de la Covid-19 llevó a las comunidades religiosas a afrontar las diferentes consecuencias que generó la pandemia, tanto a nivel mental como emocional y de relacionamiento espiritual y social debido a los confinamientos originados por el cierre de templos y sitios de culto y por tanto, la cancelación de las ceremonias religiosas, del encuentro litúrgico con Dios o con la divinidad

DESPREOCUPACIÓN POR OMISIÓN DE EMOCIONES EN DEMANDA

profesada, como también la suspensión de la actividad comunitaria de la ayuda solidaria que realizan las redes de las iglesias. Este estudio se realizó con mujeres vinculadas a congregaciones religiosas católicas. Se invitó a participar voluntariamente a religiosas de diferentes congregaciones por medio de la modalidad de “bola de nieve”. Objetivo: describir las consecuencias emocionales que generó la pandemia de la COVID 19 en las religiosas de una congregación católica en Colombia. Metodología: estudio cualitativo, con enfoque etnográfico, se seleccionó este enfoque, porque permitió tener no solo las herramientas que se requieren, sino también el cimiento teórico de base representado en la cultura. La información se recolectó por medio de entrevistas y se llevó diario de campo. El estudio se fundamentó en los principios éticos de respeto, confidencialidad y no implicó riesgos para las participantes. Resultados: Cuando se declara la pandemia, las comunidades religiosas cumplen la orden del confinamiento por miedo a la muerte, a los contagios y a perder el significado de su razón de ser. En ese momento utilizan sus recursos psíquicos, se apoyan entre ellas mismas, en Dios respaldados en su fe y cumplen las recomendaciones dadas fundamentalmente por los medios de comunicación. Este autocuidado espiritual, las lleva a tener fortaleza y así perder el miedo. Al lograr superar el temor, encuentran la confianza en ellas mismas y ven la pandemia como una oportunidad, que les permite reinventarse, relajarse y ver la situación como normal. Conclusión: las epidemias no constituyen un problema biológico y médico exclusivamente. Son fenómenos que ocasionan alteraciones en la salud mental por los cambios en los proyectos de vida.

PALABRAS CLAVE

Covid-19, Distanciamiento físico, Religiosidad, Salud Mental, Miedo.

ABSTRACT

The arrival of Covid-19 led religious communities to face the different consequences generated by the pandemic, both mentally and emotionally and in terms of spiritual and social relations due to the confinements caused by the closure of temples and places of worship and therefore, the cancellation of religious ceremonies, the liturgical encounter with God or with the professed divinity, as well as the suspension of the community activity of solidarity aid carried out by the networks of the churches. This study was conducted with women linked to Catholic religious congregations. Religious from different congregations were invited to participate voluntarily through the "snowball" modality. Objective: to describe the emotional consequences generated by the COVID 19 pandemic in the religious of a Catholic congregation in Colombia. Methodology: qualitative study, with ethnographic approach, this approach was selected, because it allowed to have not only the tools that are required, but also the basic theoretical foundation represented in the culture. Information was collected through interviews and a field diary was kept. The study was based on the ethical principles of respect, confidentiality and did not involve risks for the participants. Results: When the pandemic is declared, religious communities comply with the confinement order for fear of death, contagion and losing the meaning of their *raison d'être*. At that moment they use their psychic resources, they rely on themselves, on God backed by their faith and comply with

DESPREOCUPACIÓN POR OMISIÓN DE EMOCIONES EN DEMANDA

the recommendations given mainly by the media. This spiritual self-care leads them to have strength and thus lose fear. By overcoming fear, they find confidence in themselves and see the pandemic as an opportunity, which allows them to reinvent themselves, relax and see the situation as normal. Conclusion: epidemics are not an exclusively biological and medical problem. They are phenomena that cause alterations in mental health due to changes in life projects.

KEYWORDS

Covid-19; Physical distancing; Religiosity; Mental health; Fear.



COMITÉ CIENTÍFICO

INTRODUCCIÓN

La pandemia de la COVID-19, que inició su propagación mundial en el año 2019, impactó significativamente a la sociedad en diferentes dimensiones, desde la salud pública hasta la economía y la vida cotidiana de las personas, con una carga importante de casos de morbilidad y mortalidad en el mundo. Las condiciones y medidas que fueron tomadas por los diferentes gobiernos para la contención de la pandemia dejaron profundas afectaciones en la esfera emocional y espiritual de diferentes grupos de la población. En este contexto, el presente estudio se centra en explorar las consecuencias emocionales que la pandemia generó en un grupo particular: las religiosas de congregaciones católicas.

Las congregaciones religiosas, caracterizadas por su dedicación a la fe y el servicio comunitario, debieron enfrentarse a desafíos debido a las restricciones impuestas para contener la propagación del virus. Afrontar el proceso de adaptación al cambio, la búsqueda de oportunidades y caminos para seguir brindando atención a las poblaciones más vulnerables ha sido un reto para las comunidades religiosas (Conferencia Episcopal de Colombia, 2020).

Cada religión, en sus diferentes manifestaciones culturales tiene ritos, por medio de los cuales expresa sus concepciones más profundas; Gutiérrez & De la Torre (2020) evidenciaron cómo la fe “acompaña los momentos de crisis de los seres humanos”. De hecho, la historia registra cómo en momentos de guerra, peste o desastres y ante la necesidad humana de encontrar refugio, respuesta y protección, muchas personas hallan en la religión una forma de esperanza para afrontar la adversidad y entender lo que sucede. Los autores señalaron que durante las catástrofes naturales, guerras, crisis o epidemias letales, las religiones han cumplido la función de brindar explicaciones para aquellos eventos que escapan a las lógicas propias de la modernidad.

Surgen, entonces las siguientes preguntas: ¿cómo afectan las situaciones de crisis, la salud mental de las personas religiosas? ¿Cuáles son las emociones que experimentan las integrantes de estas congregaciones? ¿Qué desafíos adicionales viven desde su papel? Estas son solo algunas preguntas que surgen en el marco del estudio realizado.

DESPREOCUPACIÓN POR OMISIÓN DE EMOCIONES EN DEMANDA

Desde una perspectiva cualitativa con enfoque etnográfico, este estudio se basa en las experiencias y los significados de las religiosas para comprender las dimensiones emocionales y espirituales durante la pandemia. También dar pistas sobre las experiencias, emociones y respuestas de las religiosas ante la adversidad de la pandemia, profundizando en cómo la crisis sanitaria afectó su bienestar emocional, su relación con la fe y con la comunidad y las estrategias que desarrollaron para afrontar estos desafíos, las cuales se convirtieron en oportunidades para reinventarse. Fue un impulso para reflexionar, descubrir nuevas perspectivas y encontrar tranquilidad en medio de tanto miedo que vivieron.

Con este estudio se pretende contribuir a la comprensión de cómo las crisis sanitarias, en este caso la pandemia de La Covid-19, pueden tener un impacto en la vida de las personas con vocación religiosa, especialmente en su salud mental, proporcionándoles elementos valiosos que puedan dar soporte para diseñar estrategias de apoyo y atención en situaciones similares a estos grupos poblacionales.

REVISIÓN DE LA LITERATURA**MIEDO**

Existen distintos conceptos sobre el miedo, Mannoni (2005) lo describió como “un sentimiento que nace de la percepción de una amenaza real o imaginaria”. Para Reguillo (2000), “no sólo es un sentimiento connatural al ser humano, sino una construcción social. El miedo es una experiencia individual, socialmente construida y culturalmente compartida”. Heller (1994) lo define “como cultural, es aprendido, motivado por situaciones creadas y valoradas dentro de cada grupo, lo activa el entorno que lo suministra”. Según Forero Et al. (2007), los miedos son inherentes a la cultura, se fundamentan en la sensación de pérdida desde lo real o lo imaginario y varían de acuerdo con las experiencias.

Para Mannoni (2005), es una emoción que puede reflejarse en la salud mental de forma positiva o negativa, según los estímulos percibidos desde la parte personal y el entorno.

Autores como Bauman (2007) y Delumeau (2012) se ocupan del miedo en la sociedad y lo definen como la respuesta a una situación amenazante que no se puede controlar.

Por su parte Reguillo (2000) plantea que la emoción del miedo permite identificar las fuentes de peligro y lleva a las personas a encontrar alternativas de respuesta ante situaciones amenazantes.

DESPREOCUPACIÓN POR OMISIÓN DE EMOCIONES EN DEMANDA

PANDEMIA

Desde la perspectiva epidemiológica la pandemia es la afectación de una enfermedad infecciosa a lo largo de un área geográficamente extensa. Para la OMS (2020) “la pandemia significa que la epidemia se ha extendido por varios países, continentes o todo el mundo, y que afecta a un gran número de personas”.

El SARS COV-2 fue declarado pandemia el 11 de marzo de 2020 por la OMS, a pesar de que inició su propagación a finales de 2019 (OMS, 2020b).

COMUNIDAD RELIGIOSA

Para la Real Academia Española (RAE, 2023). “Las comunidades religiosas son asociaciones formadas por regulares, seculares y laicos, con fines espirituales, cuya organización está regulada. Pueden ser tanto órdenes religiosas como cofradías, hermandades, asociaciones para obras benéficas, entre otras”.

Para Corredor (2006) la comunidad religiosa comparte un ideal de vida y se configura como cualquier otra organización que incorpora leyes psicológicas y sociales basadas en la fe, la esperanza con compromisos de castidad y obediencia.

MÉTODOS

Esta investigación se desarrolló desde la perspectiva cualitativa, que tiene como características distintivas: ser holística, porque tiene en cuenta las experiencias del sujeto en su totalidad; realizar estudios en poblaciones pequeñas; no probar hipótesis, ni teorías; ser inductiva, pues parte de lo individual, para llegar a lo general; no centrarse en situaciones fijas o estados invariables de una comunidad, sino que estudia procesos; no juzgar los pensamientos o comportamientos de los participantes, desde el punto de vista del investigador, entre otras.

El enfoque seleccionado fue el etnográfico, Restrepo (2018) lo define como “La descripción de lo que una gente hace, desde la perspectiva de la misma gente”. Según la definición anterior, en la Etnografía interesan tanto las prácticas o experiencias, como los significados que las personas les dan, teniendo en cuenta el contexto, representado por las circunstancias o características (políticas, sociales, económicas, religiosas) que se presentan en un momento histórico determinado y que inciden en los fenómenos y procesos.

La Etnografía tiene un carácter eminentemente emic, es decir, parte de la mirada de los participantes del estudio; busca captar el sentido que las personas les dan a sus actos. Según Velasco & Díaz (2018). es un proceso en el que se describe, se traduce, se explica y se interpreta. El interés fundamental de la etnografía es el estudio de la cultura entendida, por Geertz (2003) como “estructuras de significación socialmente establecidas”.

DESPREOCUPACIÓN POR OMISIÓN DE EMOCIONES EN DEMANDA

La selección de los participantes se llevó a cabo mediante el conocimiento y el contacto previo que se tenía con comunidades religiosas, pero también mediante la modalidad de “bola de nieve”, se invitó a las integrantes de las comunidades de diferentes ciudades de Colombia, a participar voluntariamente en la investigación.

Criterios de Exclusión: Se excluyeron de la investigación, las personas que se encontraban en etapas iniciales de formación, en las cuales no se vinculan canónicamente (por medio de los votos) con la Congregación religiosa a la que pertenecen (Ej. Aspirantado, Postulantado y Noviciado).

Criterios de Inclusión: Las religiosas que participaron, debían estar vinculadas a congregaciones católicas por medio de los votos, propios de este estilo de vida, cuyas congregaciones estuvieran en Colombia.

Criterios de Rigor: Se tomaron en cuenta los aportes de Castillo & Vásquez (2003). Para lograr el máximo de fidelidad en la información recolectada, se transcribieron las entrevistas una vez realizadas, luego se analizaron y se estableció la similitud de los hallazgos con los de otras investigaciones. Por otro lado, este proyecto contó con la revisión y aprobación por parte del Comité Técnico de Investigación y del Comité Ético de Investigaciones, de la Facultad de Enfermería de la Universidad de Antioquia. Para velar por la transferibilidad se hizo una búsqueda bibliográfica que permitió comparar los hallazgos con los de otros estudios en diferentes contextos. En relación con la auditabilidad se describieron minuciosamente y paso a paso cada uno de los procedimientos de análisis, así como las decisiones tomadas y las limitaciones de la investigación.

Criterios éticos: se dio cumplimiento a los criterios éticos dispuestos en la Resolución 8430 de 1993 (Ministerio de Salud), que establece las pautas para la praxis en el campo de la investigación en salud.

TÉCNICAS

Se empleó la entrevista, la cual se aplicó a las religiosas de congregaciones católicas que participaron voluntariamente. Las preguntas que se hicieron tuvieron que ver con las experiencias y emociones generadas durante la pandemia. Las entrevistas se realizaron de forma presencial y virtual, su duración fue de una hora y se solicitó permiso al participante, para la grabación de estas.

Se llevó el diario de campo, en el que se describieron las experiencias de los investigadores; sus reflexiones, tanto teóricas como metodológicas; las actividades llevadas a cabo; sus inquietudes y temores y sus apreciaciones personales sobre la experiencia investigativa.

ANÁLISIS Y RESULTADOS

El impacto más grande de la COVID19 tuvo que ver con el confinamiento y las consecuencias de este. Después de que se decretó el aislamiento, algunas comunidades religiosas intentaron seguir con sus actividades cotidianas, pero la

DESPREOCUPACIÓN POR OMISIÓN DE EMOCIONES EN DEMANDA

situación que se vivía en el país, las llevó a que tuvieran que suspender las actividades de culto, de pastoral y de asistencia a personas con dificultades económicas; este encerramiento produjo en los miembros de estas comunidades incertidumbre, miedo y preocupación y vieron la pandemia como el fin del mundo.

Es como en las películas de esas de los vaqueros que sale la bolita dando vueltas por el desierto, E1

La incertidumbre generada por el desconocimiento de la situación les generó miedos, que en algunos casos consideraron infundados, que ellos llamaron mentales y al mismo tiempo crearon ilusiones que minimizaron las consecuencias

MUCHOS TEMORES SON MENTALES MÁS QUE REALES E2

Las religiosas para salir de la incertidumbre utilizaron los medios de información: internet, prensa, televisión, pero estos en vez de darles información que produjera tranquilidad, sembraron la alarma y les generaron más miedo, puesto que la información estaba fundamentada en el contagio y la muerte.

En términos generales la presencia de coronavirus generó temor en todas las personas y las religiosas no fueron la excepción. La gente expresaba ideas y sus acciones estaban relacionadas con estas, lo que ocasionó comportamientos frente a las personas que no pertenecían a la comunidad y con ellas mismas y esto las

llevó a considerar que los otros eran peligrosos, pero que ellas también podían serlo, teniendo en cuenta lo destructivo que puede ser el virus

Aparte del miedo de morirte tú, el miedo de contagiar a otro, todo lo que conlleva tener COVID E8

La cercanía con Dios las llevó a no tener miedo a la muerte, pero al mismo tiempo las religiosas expresaban su temor, porque consideraban que todavía no era tiempo de morir, ya que aún eran jóvenes, tenían responsabilidades con las comunidades y estaban desarrollando una obra social y se sentían útiles en su labor pastoral y religiosa

Yo estoy como tranquila, a mí no me importa, si me muero en este momento, bienvenido sea, pero sí me dije, vea como sí se me va a llegar más rápido. E5

También tuvieron miedo de perder a sus seres queridos y este sentimiento se hizo más fuerte cuando estaban lejos de ellas y porque se divulgaba la idea, especialmente al principio de la pandemia, que las personas mayores eran quienes tenían más posibilidades de fallecer por el coronavirus

El temor a perder los seres más queridos porque al principio morían los mayores, entonces yo pensaba por lo menos en mis papás yo que estaba lejos. E4

Para las religiosas el confinamiento implicó la suspensión de la mayoría de las labores, especialmente las que tenían que ver con la asistencia a las comunidades pobres y a la pastoral, representada en las orientaciones de tipo religioso a determinados grupos sociales.

DESPREOCUPACIÓN POR OMISIÓN DE EMOCIONES EN DEMANDA

Las religiosas consideraron que, si el tiempo de encierro era prolongado, se perdería la imagen que tenían y el significado de su papel en las comunidades y que la fe en las personas se apagara, esto les generó angustia, pero al mismo tiempo les sirvió de estímulo para replantearse su esencia como religiosas y como educadoras,

La angustia a que nuestra presencia, hablando de la vida consagrada, bajara la significatividad y el temor a replantearnos entonces cuál es nuestra esencia cierta y cuál es la esencia del educador. E4

El confinamiento les generó preocupación por no realizar las actividades diarias y atender a las personas a las que ayudaban y les prestaban servicio de alimentación

A nosotros lo que más nos preocupa es la asistencia de la gente, que nosotras sabemos que sufren, que nos necesitan. E7

LA SALUD MENTAL COMO ESTRATEGIA

Las religiosas consideraron que su salud mental se resquebrajó durante la pandemia, frente a esto buscaron estrategias para poder afrontar la situación y en esa búsqueda encontraron que el apoyo significaba salud mental, porque podían sentir consuelo, sostenerse, fortalecerse unas a otras y acompañarse. Este apoyo provino de Dios, de personas externas y de ellas mismas.

Estamos en medio de esta fragilidad que no la podemos cancelar, debemos afrontar juntos lo que venga E3

APOYO EN DIOS

Dada su condición de religiosas manifestaron que el principal apoyo es el que pueden obtener de Dios, este apoyo ayuda a la salud mental, porque da esperanza y tranquilidad; para poder obtener este apoyo es fundamental creer y tener fe en Dios. Ante la imposibilidad de resolver los problemas se refugian en Dios a quien consideran fundamental en su vida cotidiana y como religiosas

Sin Dios, nosotras no podemos hacer nada, Dios es fundamental en nuestra vida. E7

Nos dimos cuenta de que es confiar en la misericordia de Dios y dejarlo que actúe a través de nosotros. E9

APOYO DE PERSONAS EXTERNAS

Se buscó apoyo en los medios de información y se encontró que estos más bien infundían miedo. La función de la prensa, la radio, la televisión y el internet, se cumplió en la medida en que diariamente informaban los sucesos, pero esta información estaba acompañada de miedo. Sin embargo, en términos generales, se vio como apoyo.

DESPREOCUPACIÓN POR OMISIÓN DE EMOCIONES EN DEMANDA

Los medios de comunicación ayudan, pero hay que saber leerlos. E3

Hubo apoyos solidarios logrados de las personas que las conocían y que sabían las acciones que realizaban en las comunidades de escasos recursos económicos, entonces les dejaban víveres y medicamentos que eran distribuidos y aprovechados por ellas, de acuerdo con sus necesidades

Venían y nos dejaban en la puerta eh, tapabocas, comida, medicamentos, por caja. E1

La situación de la pandemia llevó a que la gente buscara la solidaridad en las redes sociales, estas permitieron no solo la comunicación entre las personas, sino también la identificación de necesidades y movieron a las personas a apoyar a otras. Las religiosas vieron este recurso como algo muy positivo.

Crear la red que nos potencia, porque nos sostenemos unos a otros, nos fortalecemos unos a otros E3

APOYO ENTRE ELLOS MISMOS

Hubo dos tipos de apoyo, el primero orientado a ellos mismos como comunidad religiosa con actividades lúdicas y también otras que implicaban el compartir de las religiosas, tales como conversar, orar y meditar, que servían para mantener la salud mental.

Se adecuó una ludoteca con muchos juegos. E6

El segundo tipo de apoyo tuvo que ver con el acompañamiento que realizaron religiosas de la propia comunidad, como de otras, tanto a las personas enfermas, como a las sanas.

Contamos con una hermana misionera, que en un gesto de bondad infinita paso sus vacaciones atendiéndonos, así se contagiara E1

RECURSOS PSÍQUICOS

Las religiosas frente a la situación que vivieron por la presencia de la COVID utilizaron distintos recursos psíquicos, entendidos como capacidades interiores, de las cuales se hace uso para poder sobrevivir y sobrellevar determinadas situaciones que se presentan en el diario vivir, tales como la comprensión, la empatía, la paciencia, la resiliencia, el perdón y la adaptación.

Tuve que recurrir a la activación de los recursos psíquicos, en la fortaleza que radica en esa paz interna que uno tiene E9

Debieron asumir la realidad de permanecer encerradas y dado que algunas de las hermanas no lograban dimensionar la situación que se vivía, otras debieron tener calma y ser comprensivas para guardar la tranquilidad y no desesperarse en momentos difíciles, durante la epidemia de la COVID.

Tener paciencia, porque las hermanas no entienden o no dimensionan la situación, y uno a veces queda como el perezoso (necio, difícil de llevar) E2

DESPREOCUPACIÓN POR OMISIÓN DE EMOCIONES EN DEMANDA

Las religiosas consideran que es muy importante perdonar, ya que de no hacerlo se enferman y estas enfermedades se manifiestan en el cuerpo.

Lo que no se ha perdonado, el cuerpo grita lo que la boca no habla E6

Las participantes buscaron, mediante el compartir en comunidad, disfrutar la vida para adaptarse a las circunstancias.

La vida es cortica y hay que disfrutarla, y mire que las cosas buenas cuando se comparten en comunidad, se disfrutan mucho. E9

PERDER EL MIEDO

En la medida que el tiempo avanzó y ya tenían claro lo que era el virus y cómo se manejaba, se fue perdiendo el miedo al contagio de la enfermedad y hubo varias razones para ello, una de ellas fue que se adaptaron y durante esta adaptación vieron la pandemia como algo normal y aceptaron que tenían que vivir con ella, lo que llevó a que se fuera perdiendo el temor a contagiarse y a morir, situación que les proporcionó fortaleza. Ayudó también la vacuna, que se vio como una salvación; además, desde el punto de vista religioso sintieron seguridad por la protección de Dios y de esa forma pudieron continuar con el apostolado

El ser humano, es el más adaptativo del planeta y aprende a que con el miedo se protege inicialmente, pero una vez que va perdiendo el miedo, se coge confianza y empieza a vivir la normalidad E6

Según las religiosas, al lograr superar el miedo y encontrar la confianza en ellas mismas, la pandemia se vio como una oportunidad que les permitió reinventarse. La reinención la entendieron como idearse métodos y tecnologías diferentes a las que venían utilizando, para avanzar tanto en lo pedagógico, como en las actividades de apostolado. Esto les facilitó el encuentro con personas con las que interactuaban en forma de alternancia, es decir, personalmente o por medio de diferentes plataformas del internet y de las redes sociales. También tuvieron acercamiento con las familias para inculcarles el sentido de la fraternidad y de la unidad del hogar; aprovecharon estos encuentros para tener acercamiento con los niños y con otras personas a quienes les repartían alimentos y ropa.

Oportunidad para aprovechar el tiempo, de estar juntos, era la oportunidad de trabajar las madres y los padres con los niños. E 5

Todo lo anterior les permitió descubrir que la pandemia no les truncó la vida, la esperanza ni el apostolado, porque al superar el miedo lograron tranquilidad y esto les permitió cuidar su salud mental y continuar con sus labores, tanto pedagógicas como de apostolado

DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES

La pandemia de la COVID-19 generó distintas implicaciones y configuraciones en la vida de las personas, en las organizaciones e instituciones, generadas por

DESPREOCUPACIÓN POR OMISIÓN DE EMOCIONES EN DEMANDA

limitaciones en la movilidad, confinamiento generalizado, aislamiento social, soledad y fragilidad mental (Toro, 2022). En el caso de las religiosas católicas, experimentaron miedo, relacionado con la posibilidad de contagiarse, morir y perder el significado en sus vidas. Sin embargo, a medida que avanzaba la pandemia, muchas de ellas encontraron fortaleza en su fe en Dios y en la comunidad religiosa a la que pertenecían, lo que les permitió superar estos temores y descubrir oportunidades en medio de la adversidad.

Lo anterior se sustenta en diferentes investigaciones en las que se ha identificado que las medidas de distanciamiento impartidas durante la pandemia, favorecieron sentimientos de miedo y angustia dentro de la población. (Da Silva et al., 2020). Las nuevas circunstancias y reconfiguraciones, impusieron desafíos en términos de salud física y mental, de lo material y lo existencial, convirtiéndose la religiosidad en el soporte que les permitió a las religiosas la construcción de significados para enfrentar la pandemia y soportarse emocional y socialmente.

Por su parte, los medios de comunicación desempeñaron un rol significativo en la amplificación del miedo durante la pandemia de la COVID-19, sobreexponiendo la información relacionada con el avance de la pandemia, aumentando la sensación de crisis en las personas, con énfasis marcado en las noticias negativas. Esto significó que se destacaran más las historias sobre la propagación del virus, los brotes en lugares de alto riesgo y las consecuencias negativas, lo que alimentó el miedo y la ansiedad. Lo anterior, acompañado de imágenes impactantes. Lo anterior se corrobora en un estudio realizado en el 2021

en donde, por medio de diferentes estímulos a distintas personas, Alvarado & Torres (2021) pudieron concluir que: “los medios de comunicación fueron importantes impulsores en la propagación del miedo ante el SARS-CoV-2”

La religión, mediante rituales y procesos grupales ofreció a las religiosas recursos materiales, emocionales y sociales para enfrentar las adversidades que les generaban miedo; encontraron en su fe un apoyo emocional y espiritual que les permitió enfrentar estos temores y las incertidumbres relacionadas con la pandemia. Jodelet & Almeida (2009) y Martins et al. (2023), sugieren que las religiones proporcionan elementos simbólicos y condiciones materiales que ayudan a los seguidores a construir formas más positivas de enfrentar la adversidad, aumentando la resiliencia y la autoeficacia, lo que permite a estos sujetos lidiar con el sufrimiento y la enfermedad, de una manera más saludable.

La pandemia planteó desafíos a las comunidades religiosas, las llevó a repensar y reinventar la forma en que practicaban su fe y se conectaban entre sí por medio de la tecnología, la creatividad y medidas de seguridad que permitieran continuar con su rol caritativo de ayuda a los necesitados. Esta comunidad demostró su resiliencia y su compromiso con la espiritualidad, brindando una forma de adaptación en tiempos que lo exigían.

Toro (2022) encontró que la sociedad desarrolló nuevas capacidades creativas generando conocimientos en corto tiempo. Teniendo en cuenta los cambios y retos que se presentaron con la pandemia, las comunidades religiosas no se podían perder del mundo exterior y la conexión con la espiritualidad, por lo tanto, tuvieron

DESPREOCUPACIÓN POR OMISIÓN DE EMOCIONES EN DEMANDA

que adaptarse a nuevas formas de conocimiento y divulgación de su apostolado por medio de la tecnología, como herramienta para mantener la conexión espiritual. La iglesia católica recurrió a la transmisión en línea de servicios religiosos en vivo, por medio de plataformas de videoconferencia y redes sociales, las congregaciones de religiosas encontraron una forma de reunirse virtualmente y mantener su sentido de comunidad. Gutiérrez et al. (2020) plantearon que, a pesar del cierre de muchos templos, las actividades religiosas no cesaron, ya que las distintas iglesias y congregaciones se adaptaron e implementaron estrategias, mudándose hacia el espacio de las redes socio-digitales.

Su capacidad para mantener la fe y el sentido de comunidad, en medio de condiciones difíciles, demuestra la fuerza que tienen la religión y la espiritualidad en este tipo de comunidades, Scorsolini-Comin et al. (2020) propusieron que “siempre es importante no perder de vista el hecho de que la fe en Dios, en lo divino y sagrado, es un sentimiento arraigado en la cultura y tan necesario como otras formas de afrontamiento”.

CONCLUSIONES

Las epidemias no constituyen exclusivamente un problema biológico y médico, son fenómenos que ocasionan alteraciones en la salud mental por los cambios en los proyectos de vida.

El miedo que genera una crisis sanitaria a una congregación religiosa; puede convertirse en una plataforma de oportunidades para la reinención de sus respuestas espirituales y emocionales, hasta permitirles llegar a un estado de tranquilidad.

La fe de las religiosas desempeñó un papel fundamental en la forma en que afrontaron la pandemia, pues permitió que encontraran consuelo y fortaleza en su relación espiritual, en su comunidad y en la creencia en un propósito divino en medio de la pandemia, fortaleciendo su resiliencia.

RECOMENDACIONES

Las comunidades religiosas a pesar de estar en sus claustros son parte de la sociedad y en los casos de pandemia se les debe prestar atención especialmente en su salud mental.

En situaciones como la que se presentó con la pandemia es importante tener en cuenta las opiniones y experiencias de las comunidades y construir propuestas a partir de ellas

Desde el ámbito cualitativo, para lograr la comprensión de la situación que viven las comunidades, es importante que los trabajos investigativos partan de la visión de los otros

DESPREOCUPACIÓN POR OMISIÓN DE EMOCIONES EN DEMANDA

IMPLICACIONES

Este trabajo tiene implicaciones tanto en el ámbito social como en el de la Salud Pública. En el ámbito social señala la importancia de tener en cuenta la mirada de los participantes, porque refleja sus inquietudes, sus conocimientos, sus angustias, en términos generales, su cultura. Para la salud pública permite entender que en situaciones como las epidemias y pandemias, las personas que tienen una responsabilidad la ponen por encima de los riesgos y las comunidades, a pesar de las adversidades, apoyan a aquellos grupos que tradicionalmente los han acompañado

LIMITACIONES

EL trabajo inicialmente fue pensado para hacerlo con hombres y mujeres de las comunidades, pero solo se pudo realizar con estas, lo que limita la comprensión de la mirada de los religiosos hombres.

Las entrevistas fueron, tanto presenciales como virtuales y en estas últimas por dificultades técnicas se perdió alguna información.

REFERENCIAS

- Alvarado, D., & Torres P. (2021). Consideraciones sobre la espiritualidad y la religión como recursos de afrontamiento durante la pandemia del COVID-19. *Revista Caribeña de Psicología*, 5, e5007. <https://doi.org/10.37226/rcp.v5i1.5007>
- Bauman, Z. (2007). *El miedo líquido - La sociedad contemporánea y sus temores*. PAIDÓS.
https://redpaemigra.weebly.com/uploads/4/9/3/9/49391489/bauman_zygmu nt - miedo liquido.pdf
- Castillo, E., & Vásquez, M., (2003). El rigor metodológico en la investigación cualitativa. *Colombia Médica*; 34(3): 164-176
- Corredor, M. (2006) *Comunidad Religiosa ¿realidad o Metáfora?* [Tesis para optar a Magíster en Psicología Comunitaria, Universidad de Chile] Repositorio Académico Universidad de Chile.
<https://repositorio.uchile.cl/bitstream/handle/2250/106005/Comunidad-religiosa.pdf>
- Conferencia Episcopal de Colombia, (2020). Mensaje de los Obispos Católicos al pueblo Colombiano para superar todas las pandemias: Esperanza, Compromiso Y Unidad. <https://www.cec.org.co/sites/default/files/Mensaje-Asamblea-Pueblo-Colombano.pdf>
- Da Silva, L., et al. (2020). Medidas de distanciamiento social para o enfrentamento da COVID-19 no Brasil: caracterização e análise epidemiológica por estado. *Cadernos De Saude Publica*, 36(9). <https://doi.org/10.1590/0102-311x00185020>
- Delumeau, J. (2012). *El miedo en occidente (S XIV-XVIII). Una ciudad sitiada*. Taurus. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/libro?codigo=730518>

DESPREOCUPACIÓN POR OMISIÓN DE EMOCIONES EN DEMANDA

- Forero, C., et al. (2007). Para sobrevivir en la calle hay que tener miedo. SciELO: biblioteca científica electrónica en línea, 2 (25). ISSN 2216-0280
- Geertz, C. (2003). La Interpretación de las Culturas. Gedisa. https://monoskop.org/images/c/c3/Geertz_Clifford_La_interpretacion_de_las_culturas.pdf
- Gutierrez, C., & De La Torre, R. (2020). COVID-19: la pandemia como catalizador de la videogracia. Espiral, 27(78–79), 167–213. <https://doi.org/10.32870/eees.v28i78-79.7205>
- Heller, A. (1994). Sociología de la Vida Cotidiana. Ediciones Península. ISBN:84-297-1360-3
- Jodelet, D., & Almeida, A. (2009). Contribução do estudo das representações sociais para uma psicologia do campo religioso. A perspectiva interdisciplinar no campo de estudo do religioso: contribuições da Teoria das Representações Sociais. Thesaurus. https://www.researchgate.net/publication/324969432_Contribucao_do_estudo_das_representacoes_sociais_para_uma_psicosociologia_do_campo_religioso
- Mannoni, P (2005). El miedo. Fondo de Cultura Económica. ISBN 2,13-037174-4
- Martins, A. M., Soares, A. K. S., De Arruda, G. O., & Baptista, C. J. (2023). Association between religion, mental health and social distancing during the COVID-19 pandemic. Psico-USF, 28(1), 79–90. <https://doi.org/10.1590/1413-82712023280107>
- Organización Mundial de la Salud: OMS. (2020, 29 junio). Cronología de la respuesta de la OMS a la COVID-19. Organización Mundial de la Salud. <https://www.who.int/es/news/item/29-06-2020-covidtimeline>

Organización Mundial de la Salud: OMS. (2020, 11 marzo). La OMS caracteriza a COVID-19 como una pandemia. Organización Mundial de la Salud.

https://www3.paho.org/hq/index.php?option=com_content&view=article&id=15756:who-characterizes-covid-19-as-a-pandemic&Itemid=0&lang=es#gsc.tab=0

Reguillo, R. (2000). Los laberintos del miedo. Un recorrido para fin de siglo. Revista De Estudios Sociales, 5, 63–72. <https://doi.org/10.7440/res5.2000.06>

Resolución 8430 de 1993 [Ministerio de Salud] Por la cual se establecen las normas científicas, técnicas y administrativas para la investigación en salud. 4 de octubre de 1993.

Restrepo, E. Etnografía, alcances, técnicas y éticas. Lima: Fondo Editorial de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos; 2018. P 25.

Scorsolini-Comin, F., Rossato, L., Da Cunha, V. F., Correia-Zanini, M. R. G., & Pillon, S. (2020). A religiosidade/espiritualidade como recurso no enfrentamento da COVID-19. Revista De Enfermagem Do Centro-Oeste Mineiro, 10. <https://doi.org/10.19175/recom.v10i0.3723>

Toro, A. (2022). El arte de reinventarse: las prácticas artísticas y el Covid-19 . Nexus, (32), e10012560. <https://doi.org/10.25100/n.v0i32.12560>

Velasco, H., & Díaz de Rada, Á (2018). La lógica de la investigación etnográfica. Trotta. <https://www.trotta.es/libros/la-logica-de-la-investigacion-etnografica/9788481646283/>

DESPREOCUPACIÓN POR OMISIÓN DE EMOCIONES EN DEMANDA

RESEÑA

ÁLVARO GIRALDO PINEDA

Con formación en sociología, magister en Salud Pública. Docente Facultad Nacional de Salud Pública, Universidad de Antioquia. Integrante de la línea de investigación Cultura y Salud de la Facultad Nacional de Salud Pública.

CONSTANZA FORERO PULIDO

Con formación en enfermería, magister en Salud Pública. Docente Facultad de Enfermería, Universidad de Antioquia. Integrante de la línea de investigación Cultura y Salud de la Facultad Nacional de Salud Pública.

NORBY TATIANA GAMBOA

Estudiante de Administración en Salud. Integrante de la línea de investigación Cultura y Salud de la Facultad Nacional de Salud Pública.

MIGUEL ÁNGEL ORREGO

Con formación en Química Farmacéutica. Integrante de la línea de investigación Cultura y Salud de la Facultad Nacional de Salud Pública.

ALEJANDRA VANEGAS OSPINA

Con formación en enfermería, magister en Salud Pública y estudiante de doctorado en Ciencias Sociales. Docente Facultad de Medicina, Universidad de Antioquia. Integrante de la línea de investigación Cultura y Salud de la Facultad Nacional de Salud Pública.

AGRADECIMIENTOS

A la comunidad religiosa de las hermanas Carmelitas, de las cuales hace parte la religiosa Martha Milena Moreno Ríos quien motivó el inicio del proyecto y participó en la recolección de la información; a las comunidades religiosas que participaron mediante las entrevistas y que fueron fundamentales para el desarrollo de la investigación; a las Facultades Nacional de Salud Pública y Enfermería de la Universidad de Antioquia por el apoyo brindado a los investigadores.

DESPREOCUPACIÓN POR OMISIÓN DE EMOCIONES EN DEMANDA

LAS VIOLENCIAS BASADAS EN GÉNERO EN POBLACIÓN UNIVERSITARIA Y LA SALUD MENTAL DE LOS ESTUDIANTES: UNA REVISIÓN SISTEMÁTICA ENTRE 2103 Y 2023

GENDER-BASED VIOLENCE IN UNIVERSITY POPULATIONS AND STUDENT MENTAL HEALTH: A SYSTEMATIC REVIEW BETWEEN 2103 AND 2023

Diana Patricia Castañeda Guerrero

Politécnico Grancolombiano
Investigación documental
Colombia

RESUMEN

Las violencias basadas en género – en adelante VBG- son un problema social que afecta a todos los países del mundo que se manifiesta de diversas formas, incluyendo el acoso sexual, el hostigamiento, la violencia física y la violencia psicológica, llegando incluso a feminicidios. En este contexto, las universidades se consideran escenarios en los que se presentan diferentes manifestaciones de estos tipos de violencias generando un impacto significativo en la vida de las personas, especialmente en mujeres, quienes experimentan problemas de salud mental como ansiedad, depresión, estrés postraumático y conductas suicidad. Este estudio planteó como objetivo general identificar el impacto de las VBG en la salud mental de los universitarios latinoamericanos desde la revisión de literatura. Se utilizó una

metodología de revisión sistemática de literatura científica publicada en Latinoamérica entre 2013 y 2023 en las siguientes bases de datos Dialnet, Google Académico, Redalyc.org, PubMed y Scielo. Son relevantes los hallazgos con relación a la presencia de síntomas de ansiedad, depresión, trastorno de estrés postraumático siendo Colombia el principal país de publicación y que el año de mayor divulgación fue 2022.

PALABRAS CLAVES

Salud mental, violencias basadas en género VBG , trastornos mentales, Instituciones de educación superior ,Víctimas de VBG

ABSTRACT

Gender-based violence - hereinafter GBV - is a social problem that affects all countries in the world and manifests itself in various forms, including sexual harassment, harassment, physical violence and psychological violence, even including femicides. In this context, universities are considered scenarios in which different manifestations of these types of violence occur, generating a significant impact on the lives of people, especially women, who experience mental health problems such as anxiety, depression, post-traumatic stress disorder and suicidal behaviors. The general objective of this study was to identify the impact of GBV on the mental health of Latin American university students based on a literature review. A systematic review methodology of scientific literature published in Latin America

DESPREOCUPACIÓN POR OMISIÓN DE EMOCIONES EN DEMANDA

between 2013 and 2023 in the following databases: Dialnet, Google Scholar, Redalyc.org, PubMed and Scielo was used. The findings are relevant in relation to the presence of symptoms of anxiety, depression, post-traumatic stress disorder with Colombia being the main country of publication and that the year of greatest dissemination was 2022.

KEYWORDS

Mental health, gender-based violence, mental disorders, Higher education institutions, Victims of GBV



COMITÉ CIENTÍFICO

INTRODUCCIÓN

El Ministerio de Educación Nacional de Colombia – MEN (2022) define la violencia basada en género , en adelante VBG, en los contextos de las Instituciones de Educación Superior, se entiende como “toda acción u omisión cometida en el ámbito universitario, que tenga como resultado la vulneración de los derechos de las niñas, mujeres, y las personas LGBTQ+, basada en su identidad , rol de género, y expresión del mismo u orientación sexual según lo definido por esta Institución en el año 2022 en los Lineamientos de prevención, detección, atención de violencias y cualquier tipo de discriminación basada en género en Instituciones de Educación

Superior (IES) para el desarrollo de protocolos en el marco de las acciones de Política de Educación Superior Inclusiva e Intercultural publicado en 2022 (p, 8).

Las investigaciones sobre VBG han concluido de manera contundente que éstas se han consideran como una problemática que afecta los índices de salud pública y que generan una influencia directa sobre la salud mental de quienes se ven involucradas en especial, lo relacionado con trastornos del estado del ánimo como la depresión, la ansiedad, el trastorno de estrés postraumático; epidemiológicamente se ha encontrado que las mujeres son más proclives que los hombres a convertirse en víctimas de VBG en el contexto universitario, convirtiéndose las VBG en un factor influyente sobre el rendimiento académico y la participación en actividades universitarias.

Pese que la Política de atención a las violencias basadas en género VBG en universitarios está establecida mediante el Decreto 1039 de 2021 en la que se describen las medidas para atender, prevenir, generar sanciones y erradicar las violencia basada en género y que en ella se establece que las IES deben crear una comisión de Prevención y Atención a las violencias basadas en género, según los estudios desarrollados en Colombia que han sido analizados en el presente estudio, las universidades adolecen de este componente de atención integral a las VBG.

Desde esta perspectiva, como parte del compromiso profesional, ético y social que nos asiste a los profesionales en salud mental, resulta sumamente importante partir de una comprensión global del fenómeno que nos ocupa que vaya más allá de las meras estadísticas que inundan los periódicos, redes sociales y demás medios

DESPREOCUPACIÓN POR OMISIÓN DE EMOCIONES EN DEMANDA

de comunicación, que en general, pueden mostrarse indolentes al mostrar un número más que indica una víctima que hasta su propia vida pudo dejar en medio de este doloroso escenario.

Ahora bien, desde la perspectiva del profesional y del ser humano que da impronta a estos párrafos, es necesario poner de manifiesto los conocimientos y habilidades en el campo de la salud mental en el contexto en el que desarrolla su cotidianidad, es decir, el universitario. De aquí surgió el interés primordial por el desarrollo de esta investigación y de aquí el objetivo general sea identificar el impacto de las VBG en la salud mental de los universitarios latinoamericanos mediante la revisión de literatura científica publicada entre 2013 y 2023 y como objetivos específicos a) recabar información tendiente a identificar las formas de VBG más comunes que experimentan los universitarios b) analizar la prevalencia de problemas de salud mental en las víctimas de VBG c) describir cuáles son las recomendaciones comunes a las que llegan los estudios analizados frente a la prevención y abordaje de las VBG en los contextos universitarios

Para tal fin, se realizó un rastreo de 47 artículos publicados en Latinoamérica durante los últimos 10 años en bases de datos que alojan artículos científicos que cumplieran con los criterios de exclusión e inclusión que en el apartado metodológico se exponen.

Los resultados obtenidos son llamativos en términos de la creciente tendencia de publicación de artículos que abordan la temática que nos ocupa lo que probablemente indicaría una preocupación latente por el aumento de prevalencia

de las violencias basadas en género y cómo ello se convierte en un factor precipitante de diferentes trastornos mentales que abarcan trastornos del estado del ánimo como la depresión, la ansiedad, el trastorno de estrés postraumático; así como también la presencia de conductas suicidas en las víctimas de VBG.

MARCO TEÓRICO

Con el fin de generar un panorama global que de cuenta de los aspectos teóricos que dan marco a la presente investigación se enuncian a continuación conceptos importantes relacionados con las violencias basadas en género VBG posteriormente se abordará brevemente el panorama de la salud mental en Latinoamérica para seguir con un abordaje de las universidades, esto da pie para comprender las interrelaciones existentes entre VBG y salud mental, salud mental y género y finalmente la presencia de violencias basadas en género en los contextos universitarios.

Con el ánimo de dar inicio a lo propuesto, es importante referir que aunque las definiciones de violencia de género VBG que cada disciplina adopta, pueden contraponerse de acuerdo con las apuestas teóricas y metodológicas, los ejes donde se delimitan generan explicaciones que combinan sus puntos de vista acerca del fenómeno sin embargo, coinciden principalmente en la presentación de comportamientos discriminatorios referidos especialmente frente a sus condiciones

DESPREOCUPACIÓN POR OMISIÓN DE EMOCIONES EN DEMANDA

de desigualdad, en un marco caracterizado por un sistema patriarcal predominante(Altamirano, 2020. p. 49).

En este sentido, por ejemplo, para la Organización de las Naciones Unidas (ONU) la violencia de género es un problema de salud pública, que afecta a la sociedad en sí y produce daños tanto en el ámbito físico como psicológico y emocional de la vida de las personas que son o han sido víctimas de este tipo de violencia y sus respectivos entornos, esto se corrobora cuando refiere que se estima que el 35% de las mujeres del mundo, durante su vida, han sido víctimas de violencia física, psicológica o sexual por parte de su pareja o ex parejas (2022)

En el caso de Colombia las violencias basadas de género se definen como aquellas en las que se presenta agresión o maltrato por el hecho de ser mujer, hombre o no identificarse con ninguna de estas definiciones. Este escenario en Colombia y de acuerdo con el periódico el PAÍS (2020) se ha incrementado en las últimas décadas, evidenciada esta información mediante las llamadas telefónicas en las que se han solicitado ayuda a líneas de emergencia destinadas para tal fin, encontrándose un incremento del 79% durante el periodo de aislamiento en el marco de la emergencia sanitaria por la pandemia del Covid - 19, en comparación con el año inmediatamente anterior. De manera similar, el periódico El Tiempo (2020) menciona que las solicitudes en la Línea Púrpura disponible en la ciudad de Bogotá, 1.434 personas requirieron atención profesional de crisis, de ellas, el 50% reportaron signos de violencia psicológica mientras que el 14%, refirieron episodios de violencia física y/o económica, en tanto el 5% denunciaron hechos asociados

con violencia sexual y finalmente, el 4% fueron víctimas de violencia patrimonial el 4% (Rodríguez, 2020 p.1)

Ahora bien, es importante contemplar que Barrantes, Adrianzan, Carranza y Bravo (2022) retoman los criterios de la Organización Mundial de la Salud – en adelante OMS- definiendo que la salud mental se comprende como el bienestar subjetivo frente a la percepción de la propia eficiencia, competencia, autorrealización emocional e intelectual; sin embargo, la realidad contextual en Latinoamérica dista de este ideal en tanto hacen presencia factores socio económicos que permean el ingreso a los servicios de salud, especialmente en lo relacionado con la salud mental; así mismo es innegable el abandono de los Estados al descuidar la inversión gubernamental dedicada este espectro del bienestar comunitario de los pueblos. De la misma manera se destaca la insuficiencia o carencia (especialmente en ambientes rurales) de profesionales dedicados a la salud mental como psiquiatras y psicólogos fomentándose así que muchas personas se vean enfrentadas a una soledad insondable ante la presencia de síntomas asociados a trastornos mentales (p.2627)

Con relación al rol que ejercen las Instituciones de Educación Superior en el contexto concerniente a esta investigación, es importante identificar que la universidad configura como un escenario en el que interactúan consideraciones comportamentales de corte socioculturales aprendidos, siendo predisponentes a las afectaciones en el desempeño académico y socioafectivo de los estudiantes (Altamirano, 2020, p. 4) En este sentido, cobra valor lo referido por Contreras et al (2022) quienes mencionan que las VBG se transforman en una representación

DESPREOCUPACIÓN POR OMISIÓN DE EMOCIONES EN DEMANDA

asimétrica de quien tiene el poder y quien no, por lo cual, el ámbito educativo resulta ser un escenario propicio para su presentación en tanto aún se conservan estructuras jerárquicas que se esconden tras bambalinas en donde los estudiantes ocupan el último lugar dentro de esa suerte de “cadena alimenticia” ; muestra de ello es que en el estudio desarrollado por ellos, reportaron que los docentes fueron los mayores agresores, exceptuando los casos asociados a violencia de pareja. (p.33)

Desde este punto de vista, empiezan a correlacionarse estos elementos de tal suerte que se considera que la violencia de género no es evento extraño o ajeno a las realidades que se construyen en los escenarios universitarios; de hecho, Contreras y Diaz, et al en 2022 reportan que, en las revisiones sistemáticas de literatura desarrolladas por ellos, concluyeron que este fenómeno en una realidad palpable que, solamente en casos extremos, es denunciada. Se desataca en este estudio el hallazgo relacionado con la violencia psicológica ejercida mayoritariamente por parte del cuerpo profesoral en contra de los estudiantes repercutiendo especialmente en el detrimento de la autoestima de estos últimos aunado a la percepción de la inutilidad de la denuncia, pues se considera que no resultará efectiva y que, además, hacerlo público podría influir negativamente en su desarrollo académico (p.35)

Ellos mismos (Contreras et al, 2022) consideran que las violencias basadas en género no son un evento alejado de las realidades en la vida universitaria, a esta conclusión llegaron después de revisar y citar estudios como el realizado por Pereira

et al en 2016 en el que se informa que en los primeros años de universidad predomina el ejercicio de agresiones físicas y sexuales manifestada con golpes, patadas, asfixias, quemaduras y sometimiento a prácticas sexuales obligadas. Analizaron también las conclusiones de Moreno quien en 2019 mencionó que la violencia psicológica relacionada con la discriminación por el aspecto físico, el acoso laboral y el abuso de autoridad tiene mayor incidencia en esos años en los que los estudiantes acuden a las aulas universitarias (p.35)

En este mismo orden de ideas, resulta fundamental referir que la violencia de género cobra importancia en los distintos contextos socioculturales del mundo y en las universidades se entretajan dinámicas de complejidad significativa en función de las acciones sociales que allí se derivan, las características de los actores que la conforman y las interacciones que fomentan, por tanto es considerada como parte importante del espectro social, que también se ve convertida en un escenario en el que se reproducen prácticas de patriarcado como referentes de las organizaciones sociales (Bartolo et al 2015, citados por Altamirano en 2020) (p.65)

Por otro lado, Bacigalupe, Cabezas, Baza y Martín en 2020 resaltaron que los estudios internacionales describen las desigualdades de género en lo relacionado con el espectro de la salud mental encontrándose en el género femenino mayor tasa de reporte de sintomatología asociada con su consecuente diagnóstico; en ellas se encuentra el doble de prevalencia de trastornos del estado del ánimo, así como de trastornos de la personalidad mientras que en los hombres, es más común problemas asociados al consumo de alcohol y otras sustancias psicoactivas, así como algunos trastornos de la conducta y de la personalidad antisocial (p.63). De

DESPREOCUPACIÓN POR OMISIÓN DE EMOCIONES EN DEMANDA

igual manera, refieren que las expresiones de las masculinidades aún se basan en el rechazo hacia la dependencia emocional, las supuestas debilidades o la búsqueda de ayuda, factores éstos que culturalmente enmarcan el accionar de los hombres llevándolos al enmascaramiento del dolor emocional que a la postre, derivan en la presentación del malestar emocional a través de conductas violentas como forma de expresión de la frustración (p. 65)

Sin embargo y en palabras de Pérez, Arenas, Fiorgiony y Rivera (2019) es necesario contemplar otra arista en el panorama acá planteado que hace alusión a destacar que, si bien existen factores predisponentes de la conducta violenta, esto no implica la validación de las mismas ni la normalización de estas prácticas como parte de un repertorio conductual (p.34)

Pasando a otro punto, intentando articular y entretrejer dos de los elementos distintivos de esta investigación, es decir, salud mental y violencias basadas en género es necesario referir que diversos estudios han demostrado una relación entre estos dos elementos; al respecto vale la pena resaltar el realizado por la Organización Mundial de la salud OMS en el que se concluyó que la VBG tiene un efecto devastador en la salud física y mental de las víctimas (la mayoría de ellas, mujeres) pues son más propensas a sufrir lesiones, enfermedades crónicas, trastornos mentales y problemas de salud sexual y reproductiva, lo cual genera un costo económico significativo, alrededor de un billón de dólares al año (2022).

En ese mismo estudio se encontró que las mujeres que han sido víctimas de violencia física o sexual por parte de sus parejas tenían un riesgo de 2,3 de

depresión, 2,7 veces mayor de sufrir ansiedad que las mujeres que no habían sufrido violencia y un riesgo de 3,6 veces de presentar Trastorno de Estrés Postraumático (TEPT)

De manera concordante con lo mencionado, en la Encuesta Nacional de demografía y salud en 2015 desarrollada por el Ministerio de Salud y Protección Social de Colombia se refirió que el 64,1% de las mujeres en Colombia han experimentado violencia psicológica en algún momento de su vida, el 31,6% han experimentado violencia física y el 7,6% han experimentado violencia sexual. Además, el estudio encontró que las mujeres que han experimentado episodios de violencia física o sexual a lo largo de sus vidas tienen mayor probabilidad de reportar síntomas depresivos y ansiosos. A este respecto, Bacigalupe, Cabezas, Baza y Martín resaltaron que:

Los estudios internacionales han descrito importantes desigualdades de género en el ámbito de la salud mental, pues son las mujeres las que reportan y resultan diagnosticadas con más frecuencia de algún problema de este tipo; esta realidad, sin embargo, es más compleja cuando se analiza según los diferentes trastornos mentales: mientras en las mujeres se observa el doble de prevalencia de depresión y ansiedad, y también son más frecuentes en ellas otros malestares psicosociales con síntomas inespecíficos, en los hombres se observan con más frecuencia problemas mentales asociados a consumos excesivos de alcohol y sustancias. Asimismo, parece que las mujeres tienen más probabilidad de ser diagnosticadas de trastornos límites de la personalidad y de trastornos de la

DESPREOCUPACIÓN POR OMISIÓN DE EMOCIONES EN DEMANDA

alimentación, mientras que las prevalencias de los trastornos de la conducta y de personalidad antisocial son más altas en los hombres. (2020, p. 63).

En este contexto, Vara y López (2016) refirieron que las víctimas de VBG pueden experimentar ansiedad generalizada, caracterizada por un estado persistente de nerviosismo y preocupación que puede interferir con el funcionamiento diario, también se ha reportado presencia de ansiedad social en la que se presenta miedo intenso a situaciones sociales que puede provocar síntomas físicos como sudoración, temblor y rubor. En este punto es importante mencionar que, desde la perspectiva descrita por Alarcón et al, las mujeres que han sufrido VBG presentan con mayor frecuencia síntomas asociados como: a) Sensación de nerviosismo e inquietud b) dificultad para relajarse c) palpitaciones cardiacas d) Sudoración e) Temblores f) Dificultad para respirar g) Ataques de pánico (2021).

Frente a los trastornos del sueño son también comunes entre las víctimas de VBG dado que las víctimas de este fenómeno presentan un riesgo de padecer de este tipo de trastornos dos veces más al ser comparadas con aquellas que no han referido violencia. Entre los síntomas más frecuentemente reportados en las primeras se encuentran (Alarcón et al, 2021)

Dificultad para conciliar el sueño

Despertares frecuentes durante la noche

Dificultad para volverse a dormir

Sensación de cansancio o somnolencia durante el día

Con relación a los trastornos depresivos, las víctimas de VBG pueden experimentar depresión mayor y distimia. En este mismo espectro, los pensamientos suicidas son una preocupación grave para estas personas, presentando tres veces mayor prevalencia de conductas suicidas (ideación, intento y consumación del acto suicida) (Altamirano, 2020, p. 43).

De manera similar, las víctimas de VBG pueden experimentar síntomas de estrés postraumático con una prevalencia de 4 a 1 en comparación con quienes no la han padecido; entre los síntomas mayormente reportados asociados a esta patología se encuentran:

Reexperimentación del evento traumático de flashbacks, (recuerdos vívidos del evento traumático que se sienten como si estuviera sucediendo de nuevo en el presente) pesadillas (sueños desagradables que suelen repetir el evento traumático), pensamientos intrusivos (pensamientos o imágenes no deseados que están relacionados con el evento traumático) y evitación de situaciones que les recuerde el evento traumático.

Cambios en el estado de ánimo o la cognición

Aumento de la activación fisiológica (Zamudio, Andrade, Arana, Alvarado, 2017, p. 31)

Frente a este panorama, es perentorio referir lo descrito por Alarcón et al en 2022, quienes citando a Rey – Anacona (2008) retomaron un estudio desarrollado

DESPREOCUPACIÓN POR OMISIÓN DE EMOCIONES EN DEMANDA

con 562 estudiantes universitarios de la ciudad de Tunja – Colombia- en donde se concluyó que el 87.9% de ellos refieren haber ejercido actos violentos (mayoritariamente de violencia psicológica, seguida por la física, la emocional y la económica) en contra de sus parejas; otros datos llamativos de este mismo estudio indican que los factores asociados al presencia de conductas violentas en el marco de una relación de pareja en los jóvenes se asocian con cuadros depresivos.

Otro estudio de interés en este contexto es el desarrollado por Moreta, Zambrano, Sánchez, Naranjo, en el que participaron 444 estudiantes universitarios ecuatorianos concluyendo que los síntomas que con mayor frecuencia se presentan en la población analizada fueron los asociados a la disfunción social y en segundo lugar, los enmarcados en cuadros psicológicos en los que prevalecen los trastornos del estado del ánimo (2021)

En resumen, a partir del ejercicio investigativo es posible declarar que el género es un factor determinante en la forma en la que se gestionan las emociones y la reactividad frente a los conflictos inherentes a las relaciones humanas.

METODOLOGÍA

Se realizó una revisión sistemática de una muestra de 47 artículos académicos dentro de las bases de datos Dialnet, Google Académico, Redalyc.org, PubMed y Scielo teniendo en cuenta los criterios que en la tabla 1 se señalan:

Tabla 1: Criterios de inclusión y exclusión de artículos de análisis

CRITERIOS DE INCLUSIÓN	CRITERIOS DE EXCLUSIÓN
Artículos con publicaciones en el continente americano	Haber sido publicados en otros países externos a Latinoamérica
Investigaciones que incluyan las palabras clave (Salud mental violencias basadas en género, trastornos mentales, Instituciones de educación superior, Víctimas de VBG con una ventana temporal de 2013-2023)	Estar referenciados en dos o más bases de datos
	Artículos no publicados en las bases de datos seleccionadas

Elaboración propia.

La estrategia para el análisis de la información fue la sistematización de los artículos encontrados en una matriz de análisis en Excel en la que, uno a uno, se rescató la información relacionada con los nombres de los autores, la base de datos en la que está alojado, el país de publicación, el título de la investigación, las palabras clave, el año de publicación, el tipo de metodología, el nombre de la revista y las principales conclusiones derivadas en estudios de violencias basadas en género, salud mental y recomendaciones a las que se llegó con el trabajo de los autores; de esta manera, se contó con los elementos clave que permiten compilar la información y analizar la información disponible con el fin de dar alcance a los propósitos de este estudio, es decir, propender por dar respuesta a la pregunta problema que lo originó ¿ qué hallazgos se han derivado de los estudios

DESPREOCUPACIÓN POR OMISIÓN DE EMOCIONES EN DEMANDA

desarrollados en Latinoamérica frente al impacto de las violencias basadas en género sobre la salud mental de los estudiantes universitarios? Frente a lo anterior se plantea:

OBJETIVO GENERAL:

Identificar el impacto de las VBG en la salud mental de los universitarios latinoamericanos mediante la revisión de literatura en el periodo comprendido entre 2013 y 2023.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

Recabar información tendiente a identificar las formas de VBG más comunes que experimentan los universitarios

Analizar la prevalencia de problemas de salud mental en las víctimas de VBG

Describir cuáles son las recomendaciones comunes a las que llegan los estudios analizados frente a la prevención y abordaje de las VBG en los contextos universitarios

RESULTADOS

A partir del análisis planteado, se generó el procedimiento a través del cual se abordaron aspectos emergentes de la información de la información suministrada por los cuarenta y siete (47) artículos sobre los cuales se centró el presente estudio; para la presentación de los resultados, éstos se plantean dos grandes frentes, a saber: a) análisis descriptivo y b) análisis de contenido.

Frente a la primera categoría, se estableció que para el análisis descriptivo se tomarían la información derivada de la producción científica, discriminándola bajo los parámetros de:

Base de datos

Año de publicación

País de publicación

Palabras clave

En la tabla 2 se combinan los dos primeros criterios y a continuación se muestran el resultado de ello:

Tabla 2: Buscador y año de publicación

DESPREOCUPACIÓN POR OMISIÓN DE EMOCIONES EN DEMANDA

	Google Académico	Scielo	Redalyc	PubMed	Dialnet
2013	0	1	0	0	1
2014	2	2	0	0	0
2015	1	0	0	0	1
2016	0	2	0	1	0
2017	2	0	1	1	2
2018	1	1	0	0	0
2019	0	1	0	0	0
2020	1	0	0	1	1
2021	1	3	0	0	0
2022	4	0	2	4	3
2023	1	2	2	0	2
Total	13	12	5	7	10

Elaboración propia.

Esto indica que, según el presente estudio, el mayor motor de búsqueda en el que se alojan estas temáticas es Google Académico, seguido por Scielo, Dialnet, Pubmed y Readly; frente a la ventana temporal, el año 2022 fue en el que más artículos se publicaron (13) y en lo corrido de 2023 ya se han hecho públicas siete investigaciones más, en contraste con el año 2019 en el que sólo se publicó uno.

Ahora bien, en cuanto al país de origen de publicaciones, se encuentra que en Colombia encabeza la lista dado que se ha abordado el tema propuesto en 12 oportunidades correspondiendo al 25,5% de los artículos que hacen parte de la muestra seleccionada. Por debajo de ella se encuentran México con una frecuencia de publicación del 19%, seguido por Chile con el 17%. En cuanto a los países con menor índice de publicación se encuentran Puerto Rico y Venezuela con un 2.12% respectivamente. En la tabla 3 se evidencian los datos descritos.

Tabla 3 . País de publicación y porcentaje correspondiente

País	Frecuencia	Porcentaje
Argentina	5	10.66%
Chile	8	17%
Colombia	12	25.5%
Costa Rica	4	8.5 %
Ecuador	4	8.5%
México	9	19.1%
Perú	3	6.38%
Puerto Rico	1	2.12%
Venezuela	1	2.12%
Total	47	100%

Elaboración propia.

Finalmente, con relación a las palabras clave definidas en los estudios aquí analizados, se encontró una significativa variedad lo que indica la multiplicidad de problemáticas asociadas con la problemática abordada en este estudio. En concreto, se hallaron 63 palabras clave, las cuales en su gran mayoría fueron formuladas en menos de 10 ocasiones, sin embargo, resaltan algunas como ansiedad (citada en el 42.85% de los artículos revisados) depresión (en el 38.09% de ellos) estrés postraumático (39.68%) género (53.96%) ideación suicida (22.22%) intento de suicidio (25.39%) programa (31.74%) salud mental (53.96%) suicidio (41.26%) violencia (65.07%) violencia basada en género (60.31%) y violencia de pareja (46.03%) que mostraron mayor frecuencia. En la tabla 4 se refleja lo mencionado en este punto

Tabla 4 : Frecuencia de abordaje de las palabras o criterios claves

DESPREOCUPACIÓN POR OMISIÓN DE EMOCIONES EN DEMANDA

Palabra clave	Frecuencia	Porcentaje
Acceso a la justicia	1	1.58 %
Acoso sexual	2	3.17%
Afectación emocional	4	6.34 %
Agresión	5	7.93%
Ambiente escolar	2	3.17%
Ansiedad	27	42.85%
Ausentismo	8	12.69%
Autoestima	15	23.8%
Ciclo vital	2	3.17%
Coerción sexual	1	1.58 %
Conflicto	1	1.58 %
Cortejo	1	1.58 %
Creencias	5	7.93%
Daño cerebral	2	3.17%
Denuncia pública	4	6.34 %
Depresión	24	38.09%
Derechos humanos	9	14.28%
Discriminación	6	9.52%
Docentes	4	6.34 %
Educación	8	12.69%
Estereotipos	1	1.58 %
Estrés postraumático	25	39.68%
Estudiantes universitarios	4	6.34 %
Factores socioeconómicos	3	4.76%
Feminismo	6	9.52%
Finanzas	2	3.17%
Funcionamiento familiar	4	6.34 %
Género	34	53.96%
Homosexuales	8	12.69%
Ideación suicida	14	22.22%
Igualdad	6	9.52%
Impacto	8	12.69%
Instituciones de educación superior	10	15.87%
Intento suicida	16	25.39%
Interseccionalidad	1	1.58 %
Investigación	1	1.58 %
Jóvenes	8	12.69%

Maltrato de pareja	9	14.28%
Medicalización	1	1.58 %
México	1	1.58 %
Mujeres	15	23.8%
Mujeres maltratadas	7	11.11%
Negación	1	1.58 %
Noviazgo	1	1.58 %
Pareja	10	15.87%
Prevención	11	17.46%
Productividad académica	1	1.58 %
Programa	20	31.74%
Promoción de la salud	6	9.52%
Psicología	4	6.34 %
Psiquiatría	2	3.17%
Redes sociales	8	12.69%
Relaciones	6	9.52%
Salud mental	34	53.96%
Suicidio	26	41.26%
Universidades	6	9.52%
Victimización	12	19.04%
Violencia	41	65.07%
Violencias basadas en género	38	60.31%
Violencia contra las mujeres	11	17.46%
Violencia de pareja	29	46.03%
Violencia doméstica	2	3.17%
Violencia sexual	4	6.34 %
Total	63	

Elaboración propia.

En cuanto a la segunda categoría denominada acá como análisis de contenido, se revisaron las principales conclusiones derivadas en estudios de violencias basadas en género, salud mental y recomendaciones a las que se llegó con el trabajo de los autores mediante la revisión documental de la literatura revisada en el marco de esta investigación sobre el impacto de las VBG en la salud

DESPREOCUPACIÓN POR OMISIÓN DE EMOCIONES EN DEMANDA

mental de los universitarios colombianos se encontraron coincidencias con relación latinoamericanos son el acoso sexual, el hostigamiento y la violencia psicológica (Pérez, et al 2019; Páramo, 2018, García, 2016, Vara, López, 2016, Santacruz, Chams, Fernández, 2016)

De manera consistente los estudios acá analizados mostraron que la prevalencia de violencia basada en género en universitarios es alta en varios países de habla hispana; las formas más comunes de VBG en universitarios es el acoso sexual, el hostigamiento y la violencia psicológica, mientras que los factores de riesgo asociados a esta problemática incluyen el género, la edad, consumo de alcohol y la exposición de a violencia intrafamiliar en la infancia, así mismo, la sintomatología asociada a la violencia basada en género en universitarios incluye la ansiedad, la depresión y el estrés postraumático.

DISCUSIÓN

Una de las más importantes conclusiones a las que se llegó en el estudio es que las investigaciones sobre VBG y salud mental en universitarios aún están en una etapa temprana; lo anterior teniendo en cuenta la dificultad para hallar estudios en los que se vinculen específicamente los tres elementos constitutivos de la presente investigación (violencias basadas en género, salud mental y estudiantes universitarios) por lo que se hace evidente que es imprescindible generar un mayor

de investigaciones para comprender mejor el vínculo entre estos elementos que serán un insumo muy importante para que las universidades tomen medidas para prevenir y abordar las VBG.

De la misma manera, el estudio realizado por González y Zutta en 2016 se concluyó que el conocimiento sobre las violencia basadas en género es superficial pues sus manifestaciones suelen ser naturalizadas tanto en su origen como en sus consecuencias conllevando ello a una baja capacidad de reacción por parte de las víctimas derivado además, por el temor a las consecuencias que podrían acarrear si se hace público, por ende destacan la necesidad de promover espacios en los múltiples escenarios académicos e institucionales que se implementen protocolos que genere un impacto real y significativo (p. 26). Al respecto, Pérez, Arenas, Fiorgiony y Rivera en 2019 retoman el concepto de Agencia (citando a González y Mojarro, 2011) entendida como la iniciativa que toman las mujeres para tratar de transformar las condiciones que les resultan opresivas o intolerables (p.76)

Aunado a lo mencionado, es claro que el fenómeno de las violencias basadas en género VBG es una forma de violencia que parece multiplicarse de manera exponencial y que se ejerce mayoritariamente en contra de las mujeres por su condición de género afectándolas en su integridad psicológica, sexual, física, patrimonial y económica. En Colombia, por ejemplo, según el Observatorio de Medicina Legal y Ciencias Forenses en 2022 se registraron 55.582 casos de VBG, de los cuales, 106 culminaron, desgraciadamente, en feminicidios. En 10 años, es decir, de 2013 a 2023, se registró un aumento de las denuncias del 67.66% en este país, notificándose en 2013, 37.612 casos. Esto por supuesto, genera una gran

DESPREOCUPACIÓN POR OMISIÓN DE EMOCIONES EN DEMANDA

incógnita que se relaciona con la identificación de los orígenes de estas cifras, es decir ¿aumentó la problemática o, aumentó la tendencia a denunciarla.?

En este orden de ideas, Santacruz, Chams y Fernández en 2016 refirieron que los factores de riesgo asociados a las violencias basadas en género se relacionan directamente con cuatro elementos:

GÉNERO: las mujeres son más propensas a ser víctimas de este tipo de violencias.

EDAD: los jóvenes presentan mayor vulnerabilidad ante este fenómeno.

UBICACIÓN GEOGRÁFICA: quienes viven en zonas rurales o apartadas suelen sufrir de VBG.

RELACIÓN CON EL AGRESOR: las parejas o exparejas sentimentales son caracterizados como los principales trasgresores.

También Pérez, Arenas, Fiorgiony y Rivera destacan que es preciso considerar que existen factores que predisponen la violencia al validarla como una práctica en los inicios de las relaciones y esta no suele ser en un solo sentido. Se evidencia como un factor predominante, la presencia de violencia mutua o bidireccional y relacional. Donde es de vital importancia ampliar la comprensión de la violencia desde y en la etapa del noviazgo durante la adolescencia con la finalidad de generar nuevas contribuciones epistemológicas enfocadas en el abordaje (2019, p. 14)

Bajo este panorama, las estudiantes universitarias son un eje poblacional que requiere atención por encontrarse bajo los factores de riesgo enunciados, conllevando a ser un blanco fácil para convertirse en víctimas que eventualmente serían más propensas a tener un impacto negativo sobre su salud, en especial, a lo que a su esfera mental concierne.

Lo anterior también tiene su origen en la etapa del ciclo vital en la que los estudiantes ingresan a las Instituciones de Educación Superior, que en general se da al final de la adolescencia y el inicio de la adultez, época en la que por naturaleza, se presentan cambios psicológicos, sociales, culturales enmarcados en el intento por el afianzamiento del Yo mismo mediante el afrontamiento de nuevos retos y desafíos que enmascaran la presencia de conductas de riesgo y eventualmente, algunos factores de protección cuya exhibición depende de sus historias de aprendizaje, esquemas de personalidad y patrones cognitivos (Alarcón, 2019)

Siendo así, y teniendo en cuenta que las configuraciones de los contextos universitarios están mediadas por la globalización y las transformaciones de las exigencias actuales, es claro que dar alcance a las mismas requiere mayor esfuerzo y por ende, se encuentra existe una elevada probabilidad de presentar síntomas asociados al agotamiento, autocrítica y ejercicio de control de situaciones que retan su tolerancia a la frustración ; en este sentido, los estudiantes universitarios se convierten en un nicho poblacional de importancia en tanto allí se consolidan experiencias para la vida que se consideran como micro escenarios que se multiplicarán exponencialmente fuera de las aulas mediante la proliferación de

DESPREOCUPACIÓN POR OMISIÓN DE EMOCIONES EN DEMANDA

conductas riesgo que pueden comprometer su vida estudiantil. De allí que los síntomas asociados a trastornos mentales implican una carga adicional significativa para las IES tengan un impacto directo que incide en el rendimiento académico (Moreta, Zambrano, Sánchez, Naranjo, 2021)

Por ello es perentorio que las instituciones educativas tomen medidas para prevenir las violencias de género y sus implicaciones; en torno a ello y a partir del análisis acá adelantado, algunas de las recomendaciones giran en torno a las siguientes acciones:

Propender por crear programas encaminados a incrementar la sensibilización sobre las VBG en torno a sus formas de manifestaciones y sus efectos negativos en tanto que el desconocimiento de las manifestaciones de las VBG permite su presentación mediante la difusión de límites psicológicos que permitan a las víctimas salvaguardar su integridad global y de la misma forma, fomenta en los agresores la presentación de conductas asociadas debido a considerarlas como socialmente aceptadas.

Generar políticas y procedimientos para prevenir y responder de manera efectiva y contundente a las VBG normatizando acciones de orden preventivo ante las VBG, así como la formulación de políticas de atención que sean realmente efectivas y favorables para las víctimas.

Desarrollar e implementar programas tendientes a apoyar, informar y garantizar que las víctimas de las VBG conozcan y accedan a los servicios de salud

mental, servicios legales y de apoyo social tanto al interior de las instituciones educativas como fuera de ellas como las ofertadas por los programas gubernamentales.

Es perentorio que las universidades generen acciones contundentes para crear ambientes más seguros y respetuosos para todos los estudiantes independientemente de su género, orientación o características sexuales.

Es importante mencionar que dentro de las limitaciones del estudio se centra en un aspecto central de la investigación se refiere a la baja tasa de estudios que contemplen de manera integral las tres variables acá presentadas (violencias basadas en género, salud mental y población universitaria) por ende, aunque se hallan datos concluyentes y contundentes frente a asociaciones entre ellas, no es tarea sencilla evidenciar factores correlaciones. De igual manera, es importante mencionar que una posible línea de análisis que podría abordarse posteriormente es lo concerniente con la posible relación entre el periodo post- pandemia por covid 19 y el aumento de las violencias basadas en género o con el interés por abordar este fenómeno desde una perspectiva científica, pues los hallazgos indican una tendencia en aumento.

Finalmente, como resultado de la investigación y en concordancia con los compromisos éticos asumidos, es vital señalar que un aspecto a resaltar de manera muy enfática se asocia con la necesidad de abordar las violencias basadas en género en todos los escenarios sociales (incluyendo los universitarios) en los que se presentan y trabajar arduamente por generar nuevas comprensiones de las

DESPREOCUPACIÓN POR OMISIÓN DE EMOCIONES EN DEMANDA

masculinidades, femeneidades e interrelaciones caracterizadas por el respeto del otro así como la implementación de programas enfocados en la prevención de las mismas favoreciendo repertorios conductuales que promuevan la identificación de las violencias y las maneras más efectivas de afrontarlas a través de la implementación y activación de rutas efectivas que le permitan a las víctimas acceder a servicios integrales de atención que sean efectivas, consideradas y eminentemente, humanas.

REFERENCIAS

- Alarcón D (2019) La salud mental de los estudiantes universitarios. Revista Médica Herediana, 30 (4, 219-230)
- Alarcón, Y; De la cruz, L; Fernández, L.; Figueroa, D; López C; Llanos, J (2021) factores asociados a la violencia de pareja en jóvenes universitarios. Facultad de ciencias jurídicas y sociales. Universidad Simón Bolívar. Santa Martha, Colombia
- Altamirano, G (2020) Violencia de género en estudiantes universitarios: una mirada desde la determinación social. Universidad Andina Simón Bolívar. Quito, Ecuador
- Barrantes, J; Adrianzen, R; Carranza, B; Bravo, K (2022) El desafío de la política de salud mental en Latinoamérica. Revista multidisciplinar Ciencia Latina; 6 (3) 2613-2634)
- Bacigalupe, A; cabezas, A ; Bueno, M; Martin,F(2020) El género como determinante de la salud mental y su medicalización. Informe Sespas 2020. Chile

Betancur, C (2022) La relación entre la salud mental y las finanzas en los estudiantes de la Institución Tecnológico de Antioquia en el periodo 2021-2 y 2022-1. Facultad de ciencias administrativas y económicas. Tecnológico de Antioquia, Institución universitaria.

Caballero, C; Gallo, Y; Suárez, Y (2018) Algunas variables de salud mental asociadas con la propensión al abandono de los estudios universitarios. Revista Psicología. Avances de la disciplina. Facultad de psicología. Universidad de San Buenaventura. 12 (2) 37-46. Bogotá, Colombia

Contreras, Díaz, Galvez, González, Maldonado, Toro, Vargas (2022) Violencia de género en estudiantes de género en estudiantes universitarios en América: Revisión bibliográfica 2012- 2022. Universidad San Sebastián, Santiago de Chile, Chile 18 (4, 27-48)

Díaz, M; VillarealM (2022) Violencia de género en una universidad de Coahuila, México. Revista Mexicana de Orientación Educativa. 25 (1), 57-68

El País. (2020). "La violencia de género es una pandemia silenciosa"

El Tiempo. (2020). En la cuarentena, la casa no es un lugar seguro para las mujeres.

FORENSIS. (2018). FORENSIS 2018, Datos para la vida. Gobierno Nacional de Colombia.

García, González, García (2016) La violencia basada en género en la universidad: una revisión sistemática. Revista de investigación educativa.

González, M; Zutta, D; Perugache,A (2016) Violencia basada en género dentro del contexto universitario: visión de los administrativos, 2013-2015. Revista universitaria de salud: 18 (2): 276-290. Universidad de Nariño, Pasto, Colombia

DESPREOCUPACIÓN POR OMISIÓN DE EMOCIONES EN DEMANDA

- Gómez, A (2022) Proyecto de conformación del grupo de ayuda mutua con mujeres víctimas de violencia basada en género en el área de salud mental de un centro de salud pública durante abril a julio de 2021. Universidad Politécnica Salesiana. Quito, Ecuador.
- Herrera, E; Cañas, D. (2020) El estrés postraumático como precursor de daños en salud mental y cognición en víctimas de violencia. Revista Diversitas, perspectivas en Psicología. 16 (2) 311-323 . Bogotá, Colombia
- Herrero, M (2017) Salud mental, género e igualdad. Revista Norte de salud mental. 14 (56) 109- 114. Argentina
- Labra, P (2014) La salud mental de mujeres sobrevivientes de violencia de género: una realidad chilena. Tesis doctoral Universidad Complutense de Madrid
- Lazarevich I; Irigoyen E; Sokolova A; Delgadillo Gutiérrez. H (2013) Violencia en el noviazgo y salud mental en estudiantes universitarios mexicanos. Global Health Promotion. 20(3):94-103
- Linardelli, M (2015) Salud Mental y Género: diálogos y contrapuntos entre biomedicina, feminismos e interseccionalidad. Revista digital de ciencias sociales (2) 3, 199-224 , Universidad de Mendoza, Argentina
- Martínez M; Guerrero A; Pantoja, D (2021) basada en género en el contexto universitario desde la perspectiva de los estudiantes . Revista de psicología Universidad de Antioquia., 13 (2) 261-343- Universidad de Violencia Antioquia, Colombia
- Ministerio de Educación Nacional (2022) Lineamientos de prevención, detección, atención de violencias y cualquier tipo de discriminación basada en género en Instituciones de Educación Superior (IES) para el desarrollo de protocolos en el marco de las acciones de Política de Educación Superior Inclusiva e Intercultural. Bogotá, Colombia.

Ministerio de Salud y Protección Social (2016) Encuesta Nacional de Demografía y Salud- ENDS-. Bogotá, Colombia.

Moreta, R; Zambrano, E; Sánchez, H; Naranjo, S (2021) Salud mental en universitarios del Ecuador: síntomas relevantes, diferencias por género y prevalencia de casos. Revista pensamiento psicológico (19, 1 57-85)

Observatorio de Medicina Legal y Ciencias Forenses. (2023). Informe de violencia basada en género 202

Organización Mundial de la Salud (2022) Violencia basada en género: la carga para la salud pública

Paramo, M; Arrigani (2018) Violencia psicológica en la relación de noviazgo en estudiantes universitarios mendocinos. Archivos de medicina. Argentina 18 (2) 324- 338.

Pérez, J; Arenas, C; Fiorgiony, M; Rivera J (2019). Factores predisponentes en la intervención sistémica en la violencia de género y su incidencia en salud mental. Revista de la Asociación Venezolana de Farmacología y terapéutica. 7 (3, 23-40)

Ramos, L (2014) Porqué habla de género y salud mental. Revista de investigaciones epidemiológicas y psicosociales del Instituto de Psiquiatría Ramón de la Fuente Muñiz 37 (4) 275-289). Ciudad de México.

Rivas, E; Bonilla, E (2020) Salud mental y miedo a la separación en mujeres víctimas de violencia de género. Revista Iberoamericana de psicología y salud. Universidad de Alcalá 11 (1) 54,67

Rodriguez, L. C. M. (2020, abril 17). La pesadilla de mujeres víctimas, en la cuarentena. El Tiempo. <https://www.eltiempo.com/justicia/investigacion/la-pesadilla-de-mujeres-victimas-en-la-cuarentena-485840>

DESPREOCUPACIÓN POR OMISIÓN DE EMOCIONES EN DEMANDA

- Rueda, E; Cañas, D(2018) El derecho a la salud mental: ansiedad y depresión en estudiantes universitarios. Revista Diversitas. Perspectivas en Psicología, 14 (2) 291-302. Bogotá, Colombia
- Tajer, D; Gaba, M, Reid, G (2017) Impacto de la violencia en género en la salud de las mujeres: una investigación en la ciudad de Buenos Aires. Facultad de Psicología, Universidad de Buenos Aires. Argentina
- Santacruz, Chams, Fernández (2016) Colombia: Violencia y salud mental, una visión de la psiquiatría. Revista Colombiana de Psiquiatría. 23 (4) Bogotá, Colombia.
- Vara, A; López, D; (2016) la violencia contra las mujeres en las universidades peruanas: prevalencia e impacto en la productividad académica en las facultades de ciencias empresariales e ingeniería. Universidad San Marín de Porres. Lima, Perú
- Zamudio, F; Andrade, M; Arana, R; Alvarado, A (2017) Violencia de género sobre estudiantes universitarios. Revista convergencia de ciencias sociales, 75 (3) 133-157. Universidad Autónoma del Estado de México, México.

RESEÑA

DIANA PATRICIA CASTAÑEDA GUERRERO

Psicóloga egresada de la Universidad Católica de Colombia, especialista en psicología médica y de la salud de la Universidad El Bosque y Magister en desarrollo educativo y social de la Universidad Pedagógica Nacional. Con amplia experiencia

en atención clínica psicológica y en docencia universitaria, Actualmente,
Coordinadora del programa de Psicología del Politécnico Grancolombiano.

